



**ESCUELA DE POSGRADO**  
UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

Programa “Aprendiendo a ser Feliz” para desarrollar la inteligencia emocional en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, 2017

**TESIS PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE:**

Maestra en Psicología Educativa

**AUTORA:**

Br. Huayanay Moale, Juana Beatriz

**ASESOR:**

Mgtr. Nolberto Arnildo Leyva Aguilar

**SECCIÓN:**

Educación e Idiomas

**LINEA DE INVESTIGACIÓN:**

Evaluación y Aprendizaje

**LIMA-PERÚ**

**2017**

**Página del Jurado**

Dr. César Humberto Del Castillo Talledo

Presidente

Dr. Luis Alexis Hidalgo Torres

Secretario

Mg. Nolberto Leyva Aguilar

Vocal

**Dedicatoria**

A Dios, a mi esposo José Luis y a mis hijos Jose Francisco y Luis Enrique quienes fueron mi motor y motivo para cumplir mi objetivo soñado.

Juana

### **Agradecimiento**

Agradezco a la Universidad César Vallejo por su orientación y conocimientos brindados en especial al profesor asesor Mg. Nolberto Leyva Aguilar por su apoyo, conocimientos compartidos y asesoría constante y a todos los que contribuyeron en la realización del presente trabajo de investigación.

Asimismo mi agradecimiento por su valiosa colaboración al equipo directivo por las facilidades para la aplicación del presente trabajo, a mis estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao.

Juana



### **Declaración de autoría**

Yo, Br. Huayanay Moale, Juana Beatriz, estudiante del Programa de Maestría en Psicología Educativa en la Escuela de Postgrado de la Universidad César Vallejo, Identificada con DNI 25651378, con la tesis titulada: Programa “Aprendiendo a ser Feliz” para desarrollar la inteligencia emocional en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, 2017. En conformidad con la Resolución del Vicerrectorado Académico N°00011-2016-UCV-VA, Lima, 31 de Marzo del 2016.

Declaro bajo juramento que:

- 1) La tesis es de mi autoría.
- 2) He respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas. Por tanto, la tesis no ha sido plagiada ni total ni parcialmente.
- 3) La tesis no ha sido auto plagiada; es decir, no ha sido publicada ni presentada anteriormente para obtener algún grado académico previo o título profesional.
- 4) Los datos presentados en los resultados son reales, no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados y por tanto los resultados que se presenten en la tesis se constituirán en aportes a la realidad investigada.
- 5) De identificarse falta o fraude (datos falsos), plagio (información sin citar a autores), autoplagio (presentar como nuevo algún trabajo de investigación propio que ya ha sido publicado), piratería (uso ilegal de información ajena) o falsificación (representar falsamente las ideas de otros), asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a la normatividad vigente de la Universidad César Vallejo.

Lima, 10 de junio de 2017.

---

Huayanay Moale, Juana Beatriz.  
DNI 25651378

## Presentación

Señores miembros del Jurado:

Dando cumplimiento a las normas del Reglamento de elaboración y sustentación de Tesis de la Escuela de Posgrado de la Universidad “César Vallejo”, para elaborar la tesis, presento el trabajo de investigación titulado: Programa “Aprendiendo a ser Feliz” para desarrollar la inteligencia emocional en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, 2017”.

En este trabajo se describe los hallazgos de la investigación, la cual tuvo como objetivo: determinar la influencia del Programa “Aprendiendo a ser Feliz” para desarrollar la inteligencia emocional en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao; con una muestra de 50 estudiantes. El estudio está compuesto por siete capítulos, en el primero denominado Introducción se describe el problema de investigación, justificación, antecedentes y objetivos que dan los primeros conocimientos del tema, así como las teorías relacionadas a la variable inteligencia emocional, en el segundo capítulo se presenta los componentes metodológicos, en el tercero se presenta los resultados, seguidamente en el cuarto capítulo la discusión del tema, en el quinto se desarrollan las conclusiones arribadas, mientras que en el sexto se expone las recomendaciones y en el sétimo se adjunta las referencias y por último se colocan los anexos.

Los resultados estadísticos permitieron concluir que, sí existió influencia significativa de la aplicación del programa “Aprendiendo a ser Feliz” en el desarrollo de la inteligencia emocional de los estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, 2017. Así lo demuestran los valores de  $z=4.261 > 1.6772$  y es significativa por el  $p\text{-valor } 0.000 < 0.05$ .

Señores miembros del jurado espero que esta investigación sea evaluada y merezca su aprobación.

La autora

## Tabla de contenido

Jurado calificador	ii
Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Declaratoria de autenticidad	v
Presentación	vi
Tabla de contenido	vii
Lista de tablas	ix
Lista de figuras	xi
Resumen	xii
Abstract	xiii
I. Introducción	14
1.1. Antecedentes	15
1.2. Fundamentación científica, técnica o humanística	20
1.2.1. Programa	20
1.2.1.1. Programa “Aprendiendo a ser felis”	21
1.2.2. Inteligencia emocional	22
1.2.2.1. Definición:	22
1.2.2.2. Bases teóricas de la inteligencia emocional	25
1.2.2.3. Dimensiones de inteligencia emocional	33
1.3. Justificación	39
1.4. Problema	40
1.4.1. Realidad problemática	40
1.4.2. Formulación del problema	43
1.4.3. Problemas específicos	43
1.5. Hipótesis	44
1.5.1. Hipótesis general	44
1.5.2. Hipótesis específicas	44
1.6. Objetivos	45
1.6.1. Objetivo general	45
1.6.2. Objetivos específicos	45
II. Marco metodológico	46

2.1. Variables	47
2.2. Operacionalización de variables	48
2.3. Metodología	50
2.4. Tipo de estudio	50
2.5. Diseño	51
2.6. Población y Muestra	52
2.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	54
2.8. Métodos de análisis de datos	57
2.8. Aspectos éticos	57
III. Resultados	58
3.1. Estadística descriptiva	59
3.2. Estadística inferencial	68
IV. Discusión de resultados	78
V. Conclusiones	83
VI. Recomendaciones	85
VII. Referencias	87
VIII. Anexos	91
Anexo 1. Artículo Científico	
Anexo 2. Matriz de Consistencia	
Anexo 3. Conformidad de la Institución Educativa	
Anexo 4. Formato de Validación	
Anexo 5. Data	
Anexo 6. Validación	

### Lista de tablas

Tabla 1	Operacionalización de la variable independiente: “El programa “Aprendiendo a ser feliz”	48
Tabla 2.	Operacionalización de la variable dependiente: inteligencia emocional.	49
Tabla 3	Distribución de estudiantes del primer grado de primaria del turno diurno de la I.E. Privada “América” de Bellavista – Callao, según secciones a las que pertenecen.	50
Tabla 4	Estudiantes del grupo experimental y control.	53
Tabla 5	Técnica e instrumento de investigación.	54
Tabla 6	Coeficiente del alfa de crombach	56
Tabla 7	Resultados de la inteligencia emocional por frecuencias obtenidos en los estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, 2017.	59
Tabla 8	Resultados de la dimensión interpersonal por frecuencias obtenidos en la inteligencia emocional en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, 2017.	59
Tabla 9	Resultados de la dimensión intrapersonal por frecuencias obtenidos en la inteligencia emocional en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao.	60
Tabla 10	Resultados de la dimensión adaptabilidad por frecuencias obtenidos en la inteligencia emocional en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, 2017.	62
Tabla 11	Resultados de la dimensión manejo de estrés por frecuencias obtenidos en la inteligencia emocional en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, 2017.	63
Tabla 12	Resultados de la dimensión estado de ánimo por frecuencias obtenidos en la inteligencia emocional en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, 2017.	65
Tabla 13	Resultados generales pos test en el grupo experimental y control.	66
Tabla 14	Resultados generales pos test en el grupo experimental y control dimensión interpersonal.	68

Tabla 15	Resultados generales pos test en el grupo experimental y control dimensión intrapersonal.	70
Tabla 16	Resultados generales pos test en el grupo experimental y control dimensión adaptabilidad.	71
Tabla 17	Resultados generales pos test en el grupo experimental y control dimensión manejo del estrés.	73
Tabla 18	Resultados generales pos test en el grupo experimental y control dimensión estado de ánimo.	74

## **Lista de figuras**

Figura 1 Resultados de la inteligencia.	55
Figura 2 Resultados de la dimensión interpersonal.	57
Figura 3 Resultados de la dimensión intrapersonal.	58
Figura 4 Resultados de la dimensión adaptabilidad.	60
Figura 5 Resultados de la dimensión manejo de estrés.	61
Figura 6 Resultados de la dimensión estado de ánimo.	63

## Resumen

La finalidad fue determinar la influencia del Programa “Aprendiendo a ser Feliz” para desarrollar la inteligencia emocional en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, 2017.

La metodología utilizada se adscribe al enfoque cuantitativo, diseño cuasi experimental, se trabajó con una muestra de 50, de una población de 101 estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, la técnica utilizada fue la encuesta, instrumento adaptado del Inventario de BarOn y escala valorativa para validar la propuesta, para la confiabilidad se usó el coeficiente Alfa de Cronbach siendo 0,887 y como técnicas de análisis de datos se usó la U de Mann Whitney. Los resultados que se obtuvieron fueron. El Programa “Aprendiendo a ser Feliz” influye en el desarrollo de la inteligencia emocional de los estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, 2017, así lo demuestran los valores de  $z = 2.981 > 1.6772$ , y es significativa  $p - \text{valor } 0.008 < 0.05$ .

En conclusión, el Programa “Aprendiendo a ser Feliz” influye en el desarrollo de la inteligencia emocional de los estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, 2017,

Palabras claves: Programa, inteligencia emocional, estudiantes, institución educativa.



## Abstract

The purpose is to determine the influence of the "Learning to be Happy" Program to develop emotional intelligence in first grade students of the I.E. Private America of Callao, 2017.

The methodology used is ascribed to the quantitative approach, quasi experimental design, we worked with a sample of 50, of a population of 101 students of first grade of primary of the I.E. Private Callao America, the techniques used is the survey, an instrument adapted from the BarOn Inventory and a value scale to validate the proposal. For reliability, the Cronbach Alpha coefficient was used, being 0.887 and as U data analysis techniques. Mann Whitney. The results were obtained. The "Learning to be Happy" Program influences the development of the emotional intelligence of the first grade elementary students of the I.E. Private America Callao, 2017, as demonstrated by the values of "z" =2.981 > 1.6772, and is significant p - value 0.008 <0.05.

In conclusion, the "Learning to be Happy" Program influences the development of the emotional intelligence of first-grade elementary students of the I.E. Private America of Callao, 2017,

Key words: Program, emotional intelligence, students, educational institution.

## **I.    Introducción**

## 1.1 Antecedentes

### 1.1.1 Antecedentes internacionales

Porcayo (2013). *Inteligencia emocional en niños*. Universidad Autónoma del estado de México esta investigación tuvo como objetivo general describir la Inteligencia Emocional en niños de ambos sexos de la Escuela Primaria Guadalupe Victoria, San Mateo Atenco; Estado de México; para ello se aplicó el instrumento de Inteligencia Emocional construido por Rodríguez (2006), dicho instrumento mide cinco factores de la Inteligencia Emocional (IE): Expresividad Emocional, Autocontrol, Motivación, Autoconocimiento y Habilidades Sociales. El instrumento se aplicó a 100 niños, la muestra estuvo conformada por 54 mujeres y 46 niños; cuyas edades oscilaron entre los 10 y 12 años así mismo se encontraban cursando quinto y sexto grado de primaria. Los resultados obtenidos fueron que los niños estudiados presentan puntajes medios en todos los factores de la Inteligencia Emocional (IE) a excepción de las Habilidades Sociales pues es el puntaje más bajo, en general los niños tienen más desarrollado el factor de motivación, en cuestión de género no se encontró diferencia estadísticamente significativa por el contrario en cuestión de edades si se encontraron diferencias estadísticamente significativas ya que los niños de 10 años son quienes presentan las medias más altas en los factores de la Inteligencia Emocional mientras que los de 12 años son quienes presentan las medias más bajas en dichos factores. En conclusión se puede identificar que los niños estudiados presentan una buena inteligencia emocional; sin embargo, se deben desarrollar más las habilidades sociales puesto que es donde presentan puntajes más bajos.

Fernández (2009) al estudiar *el tipo de relación existente entre el temperamento y rendimiento académico* en una muestra conformada por 60 niños de 11 y 12 años de edad, de una institución educativa de España. Se encontró la existencia de una importante asociación entre las diversas variables temperamentales y el rendimiento académico.

Buitrago (2012) *Contexto escolar e inteligencia emocional en instituciones educativas públicas del ámbito rural y urbano del departamento de Boyacá (Colombia)*. Es una investigación de tipo descriptiva comparativa para ello se aplicó el instrumento de Inteligencia Emocional BarOn (2000), Concluyendo:

El coeficiente emocional de los estudiantes de cuarto y quinto de básica primaria, así como sus puntuaciones en el contexto intrapersonal, interpersonal, de adaptabilidad, manejo del estrés, estado general de ánimo e impresión positiva y sus tendencias en las provincias y zonas analizadas. En términos generales, el nivel de coeficiente emocional de los niños de cuarto y quinto de primaria es adecuado, siendo, además, mejor en la zona urbana y en la provincia centro. Atendiendo a las diferentes escalas evaluadas, que determinan el coeficiente emocional, la adaptabilidad obtuvo las mejores puntuaciones de manera global y particular, tanto en la zona urbana y rural.

Rendón y Parra (2009) *Evaluación de los componentes de la inteligencia emocional en niños y niñas con dificultades de aprendizaje*.

Esto planteó la pregunta de investigación ¿Cómo se manifiestan los componentes de la Inteligencia Emocional, en niños y niñas con Dificultades de Aprendizaje y sin Dificultades de Aprendizaje, entre 8 y 11 años de edad, de Instituciones Educativas Oficiales de las comunas 1, 2, 3, y 7 de Medellín? , que se guiò de acuerdo con los objetivos centrados en analizar los componentes de la Inteligencia Emocional en niños y niñas con Dificultades de Aprendizaje y sin Dificultades de Aprendizaje, entre 8 y 11 años de edad, de Instituciones Educativas Oficiales de las comunas 1, 2, 3, y 7 de Medellín. Concluyendo: Que las hipótesis que guiaron este estudio se centraban en el hallazgo de diferencias significativas en las puntuaciones obtenidas en los componentes de la Inteligencia Emocional, es necesario reconocer que sí se hallaron diferencias significativas de los componentes entre los grupos de niños y niñas con DA y niños y niñas sin DA, dando como resultado que en el grupo de niños y niñas con DA hay que intervenir especialmente el componente de habilidades sociales y de comunicación, que se convierte en el componente de más bajo desempeño en este grupo de niños y niñas, de acuerdo con la valoración de los mismos niños y niñas, sus padres y sus maestros.

### 1.1.2 Antecedentes nacionales

Sandoval (2008) realizó una investigación sobre *la influencia de la Inteligencia Emocional y rendimiento académico*, con el propósito de conocer el grado de relación de la inteligencia emocional y el rendimiento académico en niños de educación primaria de la I.E. N° 2055, distrito de Comas, considerándose una muestra de 240 alumnos de ambos sexos de 3° a 6° grado, se utilizó como instrumento el Inventario de Bar-On ICE NA, adaptado por Nelly Ugarriza, los resultados señalan que el rendimiento académico en comunicación y lógico matemática alcanzaron en su mayoría un rendimiento promedio, los resultados señalan que el rendimiento académico en comunicación y lógico matemática alcanzaron en su mayoría un rendimiento promedio, no existiendo relación entre la inteligencia emocional general y rendimiento académico, respecto a la inteligencia emocional, existe relación media entre el área del estrés y rendimiento académico en comunicación y lógico matemática. Existe relación débil entre las áreas de adaptabilidad y estado de ánimo y rendimiento académico; no existe relación en las áreas de intrapersonal, interpersonal y el rendimiento académico.

López (2008) *La inteligencia emocional y las estrategias de aprendizajes como predictores del rendimiento académico en estudiantes universitarios*. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Tesis de maestría. Estudio multivariado cuyo objetivo es conocer si la inteligencia emocional y las estrategias de aprendizaje son factores predictivos del rendimiento académico.

Fueron evaluados 236 estudiantes de cuatro facultades de una universidad pública de Lima, a quienes se les aplicó la Escala de Estrategias de Aprendizaje (ACRA) y el Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn. Se recopilaron las notas de los diferentes cursos (promedio ponderado) al final del año lectivo 2005. Los estudiantes presentan una Inteligencia emocional promedio; existen diferencias altamente significativas en cuanto al sexo, aunque en función a las facultades, sólo en dos sub-escalas presentan diferencias. Respecto a las Estrategias de Aprendizaje, se encontró que la más utilizada por los estudiantes en un 69% es la Estrategia de Codificación, existiendo diferencias altamente significativas en las 4 estrategias de aprendizaje según sexo favoreciendo a las mujeres, ocurriendo lo

mismo con la variable rendimiento académico. El modelo final predictivo quedó constituido por 5 componentes de la inteligencia emocional (Intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo del estrés, y estado de ánimo en general). Y la estrategia de Codificación, con un 16% de explicación de la variación total del rendimiento académico.

Ugarriza (2001) realizó una investigación basada en la evaluación de la *Inteligencia Emocional a través del inventario del cociente emocional de BarOn (I-CE)*. El inventario se aplicó a una muestra representativa de 1996 sujetos de Lima Metropolitana, varones y mujeres, de 15 años y más. Mediante el análisis factorial confirmatorio de segundo orden sobre los componentes del I-CE ha verificado la estructura factorial 5-1 propuesta por el modelo ecléctico de la inteligencia emocional de BarOn. Se halló que la inteligencia emocional tiende a incrementar con la edad. Con respecto al sexo refirió que en ambos grupos no se observa diferencias en cuanto al cociente de inteligencia emocional total, sin embargo, existen diferencias significativas en los componentes intrapersonal, manejo de estrés y del estado del ánimo general a favor de los varones. En cambio las mujeres presentan mejores resultados en el componente interpersonal. Al finalizar cada componente se halló que los varones tienen una mejor autoestima, solucionan mejor los problemas, denotan una mejor tolerancia a la tensión y un mejor control de impulsos. En cambio las mujeres obtienen mejores puntajes en sus relaciones interpersonales, mejor empatía, y una mayor responsabilidad social. El estudio 19 psicométrico arrojó un coeficiente alfa de .93 para CE total revelando la consistencia interna del inventario. Presentando además normas de administración, calificación e interpretación. Tobalino (2002), investigó la relación que existe entre la inteligencia.

### **A nivel local**

Castellano (2010) al estudiar *la relación de la inteligencia emocional y la comprensión lectora en alumnos del 6° grado de primaria de la RED N° 4 del distrito del Callao*, aplicando el instrumento de evaluación de Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn ICE: NA, en niños y adolescentes se comprobó que la hipótesis general es válida, encontrando relación significativa positiva débil entre la

inteligencia emocional general y la comprensión lectora; de lo que se deduce que existe relación entre la capacidad de reconocer y expresar emociones personales y mantener relaciones interpersonales. Pero en cuanto a los sub componentes: Inteligencia Intrapersonal e Interpersonal, no se correlacionan de manera significativa y ni positiva con el rendimiento de la comprensión lectora ya que ello implica que no hay relación entre la capacidad de comprensión emocional de sí mismo, asertividad, auto concepto, autorrealización, independencia, habilidades empáticas, relaciones interpersonales y responsabilidad social con el rendimiento de la comprensión lectora. Teniendo en cuenta los sub componentes de adaptabilidad y manejo del estrés se ha comprobado que si existe correlación significativa positiva débil, deduciéndose que existe interrelación entre la habilidad para la solución de problemas, prueba de la realidad, flexibilidad, habilidades de tolerancia al estrés y control de los impulsos con el rendimiento de comprensión lectora.

Casas (2010) al estudiar *la relación entre inteligencia emocional y las habilidades cognitivas e instrumentales en alumnos del segundo y tercer grado de primaria de una institución educativa estatal del Callao*, aplicando el de Inventario de Inteligencia Emocional de Bar-On ICE: NA, en una muestra de 40 estudiantes de las edades de 7 a 12 años; se comprobó que no existe relación entre inteligencia emocional y habilidades para el cálculo y numeración, así como para la comprensión lectora y aptitud para solucionar problemas.

Palacios (2010) al estudiar *la relación entre inteligencia emocional y el logro académico en los alumnos de 11 a 18 años de edad de una institución educativa pública de Ventanilla – Callao*, aplicando el instrumento de evaluación de Inventario de Inteligencia Emocional de Bar-On ICE: NA, en una muestra de 82 estudiantes del nivel secundaria, se comprobó que la hipótesis general es válida, encontrando la relación significativa entre la inteligencia emocional y el logro académico; sin embargo se encontró que no existe relación en los componentes de intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo del estrés y estado de ánimo general en forma independiente con el logro académico.

Habitualmente se observa que las instituciones de educación básica se dedican al trabajo meramente cognitivo, postergando las otras dimensiones del ser humano, especialmente la parte emocional, que como se han demostrado en estudios científicos influyen en alto grado en el rendimiento académico y la socialización de grupos antisociales, caso de pandillas, que en los últimos años es un problema social que se ha agudizado en la Provincia Constitucional del Callao.

La Institución Educativa Privada América del Callao no es ajena a esta problemática ya que a diario tenemos que afrontar la falta de manejo de emociones, aceptación de reglas y normas, toma de decisiones, autoconciencia emocional por parte de nuestros alumnos y padres de familia.

El informe que el Dpto. Psicopedagógico manifiesta es que los niños y niñas de la I.E. América del Callao en un 40% que vienen del nivel Inicial a primer grado reflejan una falta de inteligencia emocional para interrelacionarse con sus demás compañeros e incluso se involucran a los padres de familia que en su mayoría son parejas jóvenes o separadas o con nuevos compromisos provocando esto una inestabilidad emocional.

## **1.2 Fundamentación científica**

### **1.2.1 Bases Teóricas de Programa.**

(Besquerra, 1992, p.18) indica “Es una acción continuada, previamente planificada, encaminada a lograr objetivos, con la finalidad de satisfacer necesidades, y/o enriquecer, desarrollar o potenciar determinadas competencias”.

(Rodríguez y colab., 1999, p.233) indica “El programa es un instrumento rector de principios que contiene en su estructura elementos significativos que orientan la concepción del hombre que queremos formar”.

(Álvarez y Hernández, 1998) indica “Un programa es una propuesta educativa orientadora que describe el entorno personal y/o social de los estudiantes a los que se dirige”.



### **1.2.1.1 Programa “Aprendiendo a ser feliz.”**

El “Programa de Inteligencia Emocional: “Aprendiendo a ser feliz” (6 a 7 años)” es un programa dirigido a los estudiantes y maestros de Educación Primaria, cuyo propósito general es desarrollar aspectos relacionados con inteligencia emocional. En la actualidad, cada vez es más frecuente encontrarnos con manuales, programas, guías etc. que pretenden desarrollar múltiples aspectos en los infantes. Ante la extensa lista que el mercado no ofrece, me he inclinado por la inteligencia emocional porque considero este aspecto básico en la formación de nuestros estudiantes, y muchas veces no le otorgamos ni el tiempo ni la importancia que merece. Optar por este programa me asegura una cuidada planificación de esta temática.

Por otro lado, desecho los programas destinados a favorecer los aprendizajes curriculares, puesto que considero que la Educación Infantil debe centrarse en el trabajo de hábitos, relaciones sociales, favorecer la autonomía... aspectos relacionados con el pilar de la educación emocional. También es cierto que las características propias de esta etapa, crean un marco inigualable que favorecen en gran medida el trabajo de la inteligencia emocional.

Una tercera justificación, viene dada por el análisis de la situación actual. Cada día es más frecuente encontrar en las instituciones educativas problemas de disciplina, respeto, convivencia y en gran medida, estas dificultades son fruto de una carencia de trabajo específico en estas temáticas. A continuación vamos a encontrar dos partes bien diferenciadas. En primer lugar, presento un análisis objetivo y descriptivo del programa elegido, deteniéndome en el contenido que nos ofrece, la presentación, la metodología que presenta y por otro lado vamos a encontrarnos con la puesta en práctica de alguna de las actividades que desde el programa se nos plantean.

## **1.2.2 Bases teóricas de Inteligencia Emocional**

### **1.2.2.1 Definición:**

Desde la década de los noventa, los investigadores han comenzado a percatarse que las emociones y no el cociente intelectual, podrían ser las verdaderas medidas de la inteligencia humana. Por eso, se menciona que siendo ésta época considerada en todos los niveles como la época del cerebro, en el campo de la psicología se ha convertido en el boom de las emociones.

Una emoción es un estado afectivo que experimentamos, una reacción subjetiva al ambiente que viene acompañada de cambios orgánica (fisiológicos y endocrinos) de origen innato, influidos por la experiencia. Las emociones tienen una función adaptativa de nuestro organismo a lo que nos rodea. Es un estado que sobreviene súbita y bruscamente en forma de crisis más o menos violentas y pasajeros.

En el ser humano la experiencia de una emoción generalmente involucra un conjunto de cogniciones, actitudes y creencias sobre el mundo, que utilizamos para valorar una situación concreta y por tanto influyen en el modo en el que se percibe dicha situación. Cada individuo experimenta una emoción en forma particular dependiendo de sus experiencias anteriores, aprendizaje, carácter y de la situación concreta. Algunas de las reacciones fisiológicas y comportamentales que desencadenan las emociones son innatas, mientras que otras pueden adquirirse.

Para el presente trabajo se ha considerado a los siguientes autores como guía y respaldo para sustentar la temática mencionada. Gardner (1983) afirmó que la inteligencia comprende múltiples dimensiones, combinando una variedad de aspectos cognoscitivos con elementos de la inteligencia emocional (o “personal” como él la llamó); esta dimensión comprendía, según él dos componentes generales que refirió como “capacidades intrapersonales” y “habilidades interpersonales”. La inteligencia Interpersonal se construye a partir de una capacidad nuclear para sentir distinciones entre los demás: en particular, contrastes en sus estados de ánimo, motivaciones,

temperamentos e intenciones. En formas más avanzadas, esta inteligencia permite a un adulto hábil leer las intenciones y deseos de los demás, aunque se hallan ocultas. Mientras que la Inteligencia Intrapersonal la definió como “el conocimiento de los aspectos internos de una persona: el acceso a la propia vida emocional, a la propia gama de sentimientos, la capacidad de efectuar discriminaciones entre las emociones y finalmente ponerles un nombre y recurrir a ellas como un medio de interpretar y orientar la propia conducta ...”. Gardner (1993).

Salovey y Mayer (1990) manifestò

fueron los primeros en utilizar el término Inteligencia Emocional, refiriéndose a ella como una forma de inteligencia social que implica la habilidad para dirigir los propios sentimientos y emociones, así como de los demás, saber discriminar entre ellos, y usar esta información para guiar el pensamiento y la propia acción.

Góleman (1995):

interpreto y resumió las dos inteligencias de Gardner, llegando a lo que es la inteligencia emocional, refiriendo que es un conjunto de destrezas, actitudes, habilidades y competencias que determinan la conducta del individuo, sus reacciones, estados mentales, y que puede definirse como la capacidad para reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, de motivarnos y de manejar adecuadamente las relaciones.

Cooper (1998) refirió:

la inteligencia emocional como aquello que nos motiva a buscar nuestro potencial único y nuestro propósito que activa nuestros valores íntimos y aspiraciones, transformándolos en cosas en las cuales pensamos. Es también la capacidad de sentir, entender y

aplicar eficazmente el poder y la agudeza de las emociones como fuente de energía humana, información, conexión e influencia.

La inteligencia emocional nos permite tomar conciencia de nuestra emociones, comprender los sentimientos de los demás, tolerar la expresiones y frustraciones que soportamos en el trabajo, acentúa nuestra capacidad de trabajar en equipo y adoptar una actitud empática y social que nos brindarán más posibilidades en el desarrollo profesional Góleman (1998); citado en Mercado (2000)

BarOn (2000) describió a la inteligencia emocional como

“... una variedad de actitudes, competencias y habilidades no cognoscitivas que influyen en la capacidad de un individuo para lograr el éxito en su manejo de exigencias y profesiones del entorno. Como tal es un factor importante para determinar su capacidad de alcanzar el éxito en la vida e influir directamente su bienestar psicológico general.”

Mercado (2000) refirió que la inteligencia emocional “es el conjunto de necesidades emocionales, de impulsos y valores verdaderos de una persona que dirige toda su conducta”.

La Inteligencia Emocional, es un concepto psicológico que pretende describir el papel y la importancia de las emociones en la funcionalidad intelectual, como lo menciona; Gardner (1993); Salovey y Mayer, (1990).

Las tesis psicológicas han generado una gama amplia de teorías sobre la Inteligencia Emocional, las cuales abarcan desde lo biológico neurológico hasta las cognitivas. La perspectiva biológica o neurológica se centra en el estudio de los umbrales de sensibilidad y control de los estímulos emocionales; mientras que la perspectiva psicológica cognitiva busca entender el significado de los eventos emocionales. La perspectiva psicológica cognitiva presenta, a su vez, tres ramificaciones: La social, la de personalidad y la de las emociones. La primera busca definir las habilidades que ayudan a entender, manejar y actuar a una

persona en un contexto social; es decir la Inteligencia Emocional se ubicaría dentro del ámbito interpersonal. En el caso de la segunda, se pretende comprender la influencia de las características estables de la personalidad en situaciones diferentes. Y, por último, en el contexto Emocional se examina las diferencias de desarrollo del afecto, según las situaciones y características demográficas y culturales.

### ***1.2.2.2 Bases teóricas de la inteligencia emocional.***

Durante las últimas décadas, los teóricos han elaborado un gran número de modelos distintos de Inteligencia Emocional. En términos generales, los modelos desarrollados se han basado en tres perspectivas: Las habilidades o competencias, los comportamientos y la inteligencia.

A su vez, al analizar la perspectiva que ubica la estructura de la Inteligencia Emocional como una teoría de inteligencia, Mayer et al. (2000a y b) realizan una distinción entre los modelos mixtos y de habilidades. Los modelos mixtos se caracterizan por una serie de contenidos que trascienden el análisis teórico hacia su conocimiento directo y aplicativo Goleman (1995); Cooper y Sawaf, (1998); mientras que los modelos de habilidad se centran en el análisis del proceso de “pensamiento acerca de los sentimientos”, a diferencia de otras posturas que se concentran únicamente en la percepción y regulación de estos Salovey y Mayer, (1990).

A continuación se describirán los tres principales modelos de la inteligencia Emocional.

#### **A. Modelo basado en la habilidad**

Efectivamente, las emociones expresan las relaciones que tenemos con una persona, un amigo, un familiar, o entre nosotros. Y el modelo más destacado aquí es:

## **Modelo de cuatro-fases de Inteligencia emocional o Modelo de Habilidad**

En sus investigaciones, Salovey y Mayer (1990); en Gabel (2005) definieron la Inteligencia Emocional como:

“La capacidad para identificar y traducir correctamente los signos y eventos emocionales personales y de los otros, elaborándolos y produciendo procesos de dirección emocional, pensamiento y comportamiento de manera efectiva y adecuada a las metas personales y el ambiente”. Es decir, la capacidad del individuo para acceder a sus emociones y crear una sintonización e integración entre sus experiencias.

Salovey y Mayer (1990).

El modelo de cuatro-fases de Inteligencia emocional o modelo de habilidad, concibe a la inteligencia emocional, como una inteligencia relacionada con el procesamiento de información emocional, a través de la manipulación cognitiva y conducida sobre la base de una tradición psicomotriz.

Esta perspectiva busca identificar, asimilar, entender y, por último, manejar las emocionales. Este modelo está compuesto de cuatro etapas de capacidades emocionales, cada una de las cuales se construye sobre la base de las habilidades logradas en la fase anterior Gabel (2005).

La capacidad más básica es la percepción y la identificación emocional. Posteriormente, las emociones son asimiladas en el pensamiento e incluso pueden ser comparadas con otras sensaciones o representaciones. En la tercera etapa, las reglas y la experiencia gobiernan el razonamiento acerca de las emociones. Finalmente, las emociones son manejadas y reguladas en la cuarta etapa, en

términos de apertura y regulación de los sentimientos y emociones con el fin de producir un crecimiento personal y en los demás.

### **Expresión y Percepción de la Emoción**

(Mayer, Dipaolo y Salovey 1980; véase Cabanillas, 2002).

Es una habilidad básica de procesamiento de información interna y externa en relación con la emoción. Por ejemplo los individuos que padecen de alexitimia son incapaces de expresar sus emociones verbalmente ya que no logran identificar sus sentimientos. Se ha comprobado que los individuos que logran comunicar sus emociones generalmente se muestran más empáticos y menos deprimidos que aquellos que los hacen de forma inadecuada

(Salovey, Bedell, Detweiler y Mayer 1999; véase Cabanillas, 2002).

Con esta habilidad de tener en cuenta las emociones de los demás se puede responder más efectivamente al ambiente y construir una red social favorable que los ayuden en determinadas situaciones

### **Facilitación emocional del pensamiento**

Los efectos que tienen los estados emocionales pueden encaminarse en relación a diversos fines, si la persona vivencia emociones positivas probablemente obtenga resultados positivos. En cambio si son negativos puede provocar resultados negativos. Así mismo se han encontrado que las emociones originan estructuras mentales diferentes de acuerdo al tipo de problema que se ha generado, es decir, las emociones crean diferentes estilos de información. Este proceso genera estructuras mentales útiles para tareas creativas en las que se requiere pensar intuitivamente con flexibilidad si los efectos fueron positivos. De lo contrario si fueron efectos negativos se lentifica la capacidad de resolución del problema, utilizando estrategias ligadas al detalle o utilizando estilos focalizados y deliberados.

## **Rendimiento y análisis de la información emocional**

La importancia que tiene esta habilidad es de ponerle nombre a las emociones y reconocer una relación con el léxico emocional (significados emocionales). El individuo emocionalmente inteligente puede reconocer de manera óptima las condiciones en las que hay que describir una situación específica en relación a los estados emocionales de sí mismo como de los demás. En conclusión lo anteriormente mencionado nos da a conocer la complejidad de dominio de la inteligencia emocional, ya que las emociones podrían relacionarse de diferentes formas, provocando diversos resultados. El entendimiento y análisis de las emociones incluyen también la habilidad de reconocer la transición entre las emociones.

## **Regulación de la emoción**

No sólo es importante conocer las emociones que día a día tenemos sino también desarrollar la forma de regular, manejar debidamente la emoción de acuerdo a la situación en la que se encuentra, lo cual provoque emociones más adaptativas. Luego deben implementarse habilidades que eviten resultados desagradables y por el contrario, generen resultados positivos. A través de la experiencia auto reflexiva emocional, las personas aprenden las causas y consecuencias de sus experiencias emocionales. El conocer la emoción nos permite crear teorías del cómo y el porqué de las emociones. Es por eso el conocerse a sí mismo genera una regulación emocional eficaz y un bienestar mayor.

## **B. Modelos Mixtos**

Los modelos mixtos integran diversas características de personalidad, que se componen para dirigir una determinada actitud frente a diferentes acontecimientos a los que está inmerso el ser humano. Los modelos que destacan en este aspecto son:



## **B1. Modelo de las competencias emocionales de Góleman**

Góleman reconoce que su modelo es de amplio espectro, señalando que el término “Resiliencia del yo” es bastante cercano a la idea de la inteligencia emocional. Así mismo advierte que la inteligencia emocional puede estar comprendida en el término carácter Góleman (1996); véase Cabanillas (2002).

Góleman definió la inteligencia emocional como la capacidad para reconocer y manejar nuestros propios sentimientos, motivarnos y monitorear nuestras relaciones. El modelo de las competencias emocionales comprende una serie de competencias que facilitan, a las personas, el manejo de las emociones, hacia uno mismo y hacia los demás. Este modelo formula la inteligencia emocional en términos de una teoría del desarrollo y propone una teoría del desempeño aplicable de manera directa al ámbito laboral y organizacional, centrado en el pronóstico de la excelencia laboral. Por ello, esta perspectiva está considerada como una teoría mixta, basada en la cognición, personalidad, motivación, emoción, inteligencia y neurociencia; es decir, incluye procesos psicológicos cognitivos y no cognitivos. La estructura de su modelo está compuesta por cinco áreas que son: entendimiento de nuestras emociones, manejo de emociones, auto motivación, reconocimiento de las emociones en otros y manejo de las relaciones.

Entendimiento de nuestras emociones: lo cual constituye la piedra angular de la inteligencia emocional, Reconocimiento de las emociones personales “en el momento” y Monitoreo de los sentimientos de momento a momento”.

Manejo de emociones: es la que permite controlar nuestros sentimientos y adecuarlos al momento, Ocupándose de las emociones para que sean apropiadas, Habilidades para “aliviarse” a sí mismo, y Habilidad de “dejar fuera” la ansiedad desenfrenada o la irritabilidad.

Auto – Motivación: esto ayuda a aumentar la competencia no solo social sino también la sensación de eficiencia con uno mismo y su entorno, Emociones al servicio de uno mismo, Retrasar la satisfacción y los impulsos y Poniéndose en el estado “flujo”.

Reconocimiento de las emociones en otros: es tener en cuenta las emociones de los otros sintonizando adecuadamente, lo cual permite relacionarse mejor, Conocimiento empático y Armonizar con la necesidad.

Manejo de las relaciones: esto nos permite un adecuado nivel de interrelación con los demás, Habilidad en el manejo de las emociones de otros, y Actuando recíprocamente con otros.

## **B.2. Modelo de Inteligencia emocional y social de BarOn.**

BarOn (1997) citado por Ugarriza (2001) definió la inteligencia emocional

como un conjunto de habilidades personales, emocionales y sociales y de destrezas que influyen en nuestra habilidad para adaptarse y enfrentar a las demandas y presiones del medio. Dicha habilidad se basa en la capacidad del individuo de ser consciente, comprender, controlar y expresar sus emociones de manera efectiva.

El modelo de BarOn inteligencias no cognitivas– se fundamenta en las competencias, las cuales intentan explicar cómo un individuo se relaciona con las personas que le rodean y con su medio ambiente. Por tanto, la inteligencia emocional y la inteligencia social son consideradas un conjunto de factores de interrelaciones emocionales, personales y sociales que influyen en la habilidad general para adaptarse de manera activa a las presiones y demandas del ambiente BarOn, (2000); en Gabel (2005). En este sentido, el modelo “representa un conjunto de conocimientos utilizados para enfrentar la vida efectivamente”.

El modelo de BarOn está compuesto por cinco componentes:

- 1) El componente intrapersonal, que reúne la habilidad del ser consciente, evalúa el yo interior.

2) El componente Interpersonal; que implica la habilidad para manejar emociones fuertes, ser responsables y confiables con buenas habilidades sociales, es decir, que comprenden, interactúan, se relacionan bien con los demás.

3) El componente de adaptabilidad o ajuste; permite apreciar cuan exitosa es la persona para adecuarse a las exigencias del entorno, evaluando y enfrentando de manera afectiva las situaciones problemáticas.

4) El componente del manejo del estrés, que involucra la habilidad de tener una visión positiva, optimista y trabajar bajo presión, sin perder el control.

5) El componente del estado de ánimo general, constituido por la habilidad de la persona para disfrutar de la vida, la perspectiva que tenga de la vida y el sentirse contenta en general.

Además, BarOn dividió las capacidades emocionales en dos tipos principales:

El primer tipo, son las capacidades básicas, que son esenciales para la existencia de la inteligencia emocional, compuesta por la asertividad, la empatía, las relaciones sociales, el afrontamiento de presiones, el control de impulsos, el examen de realidad, la flexibilidad y la solución de problemas.

El segundo tipo, se refiere a las capacidades facilitadoras, que son el optimismo, la autorregulación, la alegría, la independencia emocional y la responsabilidad social BarOn, (2000) cada uno de éstos elementos se encuentran interrelacionado entre sí.

### **Modelo de competencias de Daniel Goleman.**

Otro autor muy conocido, cuyo libro “Emotional Intelligence” (Inteligencia Emocional), publicado en 1995, inició la popularización del término Inteligencia Emocional, es Daniel Goleman.

El modelo de las Competencias Emocionales (CE) de Daniel Goleman (1998) comprende una serie de competencias que facilitan a las personas el manejo de las emociones con respecto a sí mismas y a los demás. Este modelo formula la Inteligencia Emocional en términos de una teoría del desarrollo y propone una hipótesis de desempeño aplicable de manera directa al ámbito laboral y organizacional, centrado en el pronóstico de la excelencia laboral. Por ello, esta perspectiva está considerada una teoría mixta, basada en la cognición, personalidad, motivación, emoción, inteligencia y neurociencia; es decir, incluye procesos psicológicos cognitivos y no cognitivos. El modelo de Goleman (2001) concibe las competencias como rasgos de personalidad. Sin embargo, también pueden ser consideradas componentes de la IE, sobre todo aquellas que involucran la habilidad para relacionarse positivamente con los demás. (Esto es, aquellas encontradas en el grupo de conciencia social y manejo de relaciones).

Él reconoció que se estaba moviendo más allá de la IE, hacia algo mucho más amplio, y hace extraordinarias afirmaciones sobre la validez predictiva de su modelo, afirmando que la IE sería definitiva del éxito en el hogar, en la escuela, y en el trabajo. Entre los jóvenes, dice, la inteligencia emocional guiará a menor intemperancia y agresividad, mayor popularidad, más óptimo aprendizaje y mejores decisiones acerca de las drogas, el tabaco y el sexo. En el medio laboral, la inteligencia emocional asistirá a las personas en el trabajo en equipo, la cooperación; y en general, será ventajosa en cualquier faceta de la vida: desde las relaciones íntimas hasta el arte de identificar las reglas tácitas que determinan navegar con éxito a través de las políticas organizacionales. Goleman señala que el Coeficiente Intelectual (CI) contribuye con hasta un 20% de los factores que determinan el éxito en la vida; lo cual deja el 80% a otros factores; y sostiene que la inteligencia emocional puede predecir el éxito ante muchas tareas en la vida a niveles mayores que el del CI; por lo que es fácil concluir que mucho del entusiasmo popular, y la preferencia por utilizar el modelo de Goleman para estudios, programas de adiestramiento, investigaciones, etc., se deba a la fortaleza de sus afirmaciones. Estas han sido fuertemente criticadas por muchos estudiosos y calificadas de poco serias, sin base científica sólida, y dirigidas a hacer del tema de la Inteligencia Emocional un producto altamente lucrativo.

### **C. Modelo de Inteligencia Emocional de Daniel Goleman.**

*Autoconciencia (Self-awareness):* Autoconciencia emocional: reconocimiento de nuestras emociones y sus efectos, acertada auto-evaluación: conocimiento de nuestras fortalezas y limitaciones y Auto-confianza: un fuerte sentido de nuestros méritos y capacidades.

*Auto-dirección (Self-management):* Autocontrol: control de nuestras emociones destructivas e impulsos, fiabilidad: muestras de honestidad e integridad, Conciencia: muestras de responsabilidad y manejo de uno mismo, adaptabilidad: flexibilidad en situaciones de cambio o ante obstáculos, logro de orientación: dirección para alcanzar un estándar interno de excelencia, e iniciativa: prontitud para actuar.

#### ***Aptitudes sociales (Social awareness):***

Influencia: tácticas de influencia interpersonal, comunicación: mensajes claros y convincentes, manejo de conflicto: resolución de desacuerdos, liderazgo: inspiración y dirección de grupos, cambio catalizador: iniciación y manejos del cambio, y construcción de vínculos: creación de relaciones instrumentales.

#### ***Relaciones de dirección (Relationship management):***

Trabajo en equipo y colaboración, creación de una visión compartida en el trabajo en equipo y trabajo con otros hacia las metas compartidas.

#### ***1.2.2.3 Dimensiones de inteligencia emocional.***

A continuación se presentan los quince componentes conceptuales de la inteligencia emocional que son medidos por las sub-escalas del ICE de BarOn, precisando antes, que dichas habilidades no cognitivas y las destrezas se desarrollan a través del tiempo, cambian durante la vida y pueden ser mejoradas mediante entrenamiento, programas remediabiles y técnicas terapéuticas.

I. Componentes Intrapersonales (CIA): esta área señala a las personas que están en contacto con sus sentimientos, que se sienten bien acerca de sí mismos y se sienten positivos en lo que están desempeñando. Personas capaces de expresar abiertamente sus sentimientos, ser independientes, fuertes que confían en la realización de sus ideas y creencias. Área que reúne los siguientes subcomponentes.

1. *Comprensión Emocional de Sí Mismo (CM)*: es la capacidad que muestra el individuo de reconocer sus propios sentimientos. No sólo es la capacidad de ser conscientes de los propios sentimientos y emociones, sino también de diferenciar entre ellos; conocer lo que se está sintiendo y por qué; saber que ocasionó dichos sentimientos. Serias deficiencias en esta área fueron encontradas en condiciones alexitímicas, es decir, imposibilidad de expresar los sentimientos en una forma verbal.

2. *Asertividad (AS)*: es la habilidad para expresar sentimientos, creencias y pensamientos sin dañar los sentimientos de los demás; y defender sus propios derechos de una manera no destructiva. Está compuesta por tres componentes básicos: (1) la capacidad de manifestar los sentimientos, (2) la capacidad de expresar las creencias y pensamientos abiertamente y (3) la capacidad de defender los derechos personales. Los individuos seguros no son personas sobre controladas o tímidas, más bien son capaces de manifestar abiertamente sus sentimientos, sin llegar a ser agresivos o abusivos.

3. *Auto concepto (AC)*: es la capacidad que muestra el individuo de respetarse y aceptarse a sí mismo como una persona básicamente buena. El respetarse a sí mismo está esencialmente relacionado con lo que uno es. La auto aceptación es la capacidad de aceptar los aspectos percibidos como positivos y negativos de un individuo, así como también las propias limitaciones y potencialidades. Este componente conceptual de la inteligencia emocional está relacionado con los sentimientos de seguridad, fuerza interior, auto seguridad, autoconfianza y los de auto adecuación. Sentirse seguro de uno mismo depende del auto respeto y la autoestima, que se basan en un sentido muy bien desarrollado de identidad. Una persona con una buena autoestima siente que está realizada y

satisfecha consigo misma. En el extremo opuesto, se encuentran los sentimientos de inadecuación personal e inferioridad.

4. *Autorrealización (AR)*: es la capacidad que tiene el individuo para desarrollar sus propias capacidades potenciales. Este componente de la inteligencia emocional se manifiesta al involucrarse en proyectos que conduzcan a una vida más plena, provechosa y significativa. El esforzarse por desarrollar el potencial de uno mismo implica desempeñar actividades agradables y significativas y puede significar el esfuerzo de toda una vida y compromiso entusiasta con metas a largo plazo. La autorrealización es un proceso dinámico progresivo de esfuerzo por lograr el máximo desarrollo de las propias aptitudes, habilidades y talentos del individuo. Este factor está relacionado con el intentar permanentemente dar lo mejor de uno mismo y la superación en general. La emoción que siente una persona por sus propios intereses le da la energía necesaria y le motiva a continuar. La autorrealización está relacionada con los sentimientos de autosatisfacción.

5. *Independencia (IN)*: es la capacidad que tiene el individuo para guiarse y controlarse a sí mismo en su forma de pensar y actuar y mostrarse libre de cualquier dependencia emocional. Las personas independientes confían en sí mismas al momento de considerar tomar decisiones importantes. Sin embargo, al final, podrían buscar y tener en cuenta las opiniones de los demás antes de tomar la decisión correcta por sí mismos; el consultar con otras personas no es necesariamente una señal de dependencia. En esencia, la independencia es la capacidad de desempeñarse autónomamente en contraposición a la necesidad de protección y apoyo. Las personas independientes evitan apoyarse en otras para satisfacer sus necesidades emocionales. La capacidad de ser independiente radica en el propio nivel de autoconfianza, fuerza interior y deseo de lograr las expectativas y cumplir las obligaciones.

II. Componentes Interpersonales (CIE): área que muestra las habilidades y el desempeño interpersonal; es decir personas responsables y confiables que cuentan con buenas habilidades sociales. Reuniendo los siguientes subcomponentes:

1. *Empatía (EM)*: es la capacidad que muestra el individuo de ser consciente, entender y apreciar los sentimientos de los demás. Es ser sensible a lo que otras personas sienten, cómo lo sienten y por qué lo sienten. Ser empático significa ser capaz de “entender emocionalmente” a otras personas. Las personas empáticas cuidan de las demás y muestran interés y preocupación por ellas.

2. *Relaciones Interpersonales (RI)*: implica la capacidad de establecer y mantener relaciones mutuamente satisfactorias que están caracterizadas por la intimidad, el dar y recibir afecto. La mutua satisfacción incluye los intercambios sociales significativos que son potencialmente provechosos y agradables.

La habilidad de mantener relaciones interpersonales positivas se caracteriza por la capacidad de dar y recibir aprecio y afecto, e implica un grado de intimidad con otro ser humano. Este componente no está solo relacionado con el deseo de cultivar buenas relaciones amicales con otros, sino también con la capacidad de sentir tranquilidad y comodidad con dichas relaciones y manifestar expectativas positivas relacionadas con el intercambio social. Por lo general, esta habilidad emocional requiere mostrar sensibilidad hacia otros, un deseo de establecer relaciones y sentirse satisfecho con ellas.

3. *Responsabilidad Social (RS)*: significa tener la habilidad para demostrarse a sí mismo como una persona que coopera, colabora y que es un miembro constructivo del grupo social. Implica actuar en forma responsable aun si esto significa no tener algún beneficio personal. Las personas socialmente responsables muestran una conciencia social y una genuina preocupación por los demás, la cual es manifestada al asumir responsabilidades orientadas a la comunidad.

Este componente se relaciona con la capacidad de realizar proyectos para y con los demás, aceptar a otros, actuar de acuerdo con la propia conciencia y acatar las normas sociales. Estas personas poseen sensibilidad interpersonal y son capaces de aceptar a otros y utilizar sus talentos para el bienestar de la colectividad y no sólo de sí mismos. Las personas que muestran deficiencias en esta área



podrían manifestar actitudes antisociales, actuar en forma abusiva con los demás y aprovecharse de ellos.

*III. Componentes de Adaptabilidad (CAD):* área que ayuda a revelar cuán exitosa es una persona para adecuarse a las exigencias del entorno, lidiando de manera efectiva las situaciones problemáticas. Dentro de esta área se reúnen los siguientes sub-componentes:

1. *Solución de Problemas (SP):* es la habilidad para identificar y definir los problemas como también para generar e implementar soluciones efectivas. La aptitud para solucionar los problemas es multifásica en naturaleza e incluye la capacidad para realizar el proceso de (1) determinar el problema y sentir la confianza y motivación para manejarlo de manera efectiva. (2) definir y formular el problema tan claramente como sea posible, (3) generar tantas soluciones como sean posibles y (4) tomar una decisión para aplicar una de las soluciones.

Además está relacionada con la capacidad de ser consciente, disciplinado, metódico y sistemático para preservar y plantear los problemas; así como implica el deseo de entregar lo mejor de uno mismo y enfrentar los problemas más que evitarlos.

2. *Prueba de la Realidad (PR):* comprende la habilidad para evaluar la correspondencia entre lo que experimentamos (lo subjetivo) y lo que en la realidad existe (lo objetivo). Involucra el “captar” la situación inmediata, intentando mantener la situación en la perspectiva correcta y experimentando las cosas como en realidad son, sin fantasear o soñar con respecto a ellas.

El énfasis se encuentra en el pragmatismo, objetividad, adecuación de la propia percepción y validación de las propias ideas y pensamientos. Un aspecto importante de ese factor es el nivel de claridad perceptual que resulta evidente al tratar de evaluar y manejar las situaciones, esto implica la capacidad de concentración y enfoque cuando se estudian las distintas formas para manejar las situaciones que se originan.

3. *Flexibilidad (FL)*: es la capacidad que tiene una persona para realizar un ajuste adecuado de sus emociones, pensamientos y conductas ante diversas situaciones y condiciones cambiantes; esto implica adaptarse a las circunstancias impredecibles, que no le son familiares. Teniendo una mente abierta, así como ser tolerantes a distintas ideas.

#### **IV. Componentes del manejo del estrés (CME):**

Área que indica cuanto puede ser capaz una persona de resistir a la tensión sin perder el control. Llegando a ser por lo general calmados, rara vez impulsivos, así como trabajar bajo presión realizando bien sus labores en esta situación. Reúne los siguientes sub-componentes:

1. *Tolerancia a la Tensión (TT)*: es la habilidad para soportar eventos adversos, situaciones estresantes, y fuertes emociones sin “desmoronarse”, enfrentando activa y positivamente a la tensión. Es la capacidad que permite sobrellevar las situaciones difíciles en sentirse demasiado abrumado.

Esta habilidad se basa en (1) la capacidad de elegir cursos de acción para enfrentar la tensión, (2) una disposición optimista hacia las experiencias nuevas y el cambio en general, así como hacia la propia capacidad de sobrellevar exitosamente un problema específico, y (3) el sentimiento de que uno mismo puede controlar e influir en la situación que origina la tensión. Esto incluye tener una variedad de respuestas adecuadas a las distintas situaciones tensionales, encontrándose asociada con la capacidad para mantenerse relajado y sereno para enfrentar de manera calmada las dificultades sin ser manejado por las emociones fuertes.

2. *Control de los Impulsos (CI)*: consiste en la habilidad para resistir o postergar un impulso o arranque para actuar y controlar nuestras emociones, es decir aceptar nuestros impulsos agresivos, estando sereno y controlando la agresión, la hostilidad y la conducta irresponsable.

Los problemas en el control de los impulsos se manifiestan mediante la poca tolerancia a la frustración, la impulsividad, la dificultad para controlar la ira, el

comportamiento abusivo, la pérdida del autocontrol y la conducta explosiva e impredecible.

## **V. Componentes de estado de ánimo general (CAG):**

Esta área mide la capacidad del individuo para disfrutar de la vida así como la visión que tiene de la misma y el sentimiento de contento en general. Esta área reúne los siguientes sub-componentes:

1. *Felicidad (FE)*: es la capacidad para sentirse satisfecho con nuestra vida, para disfrutar de sí mismo y de otros, para divertirse y expresar sentimientos positivos. Sintiéndose capaces de disfrutar de las oportunidades de diversión que se presentan. Este sub-componente de la inteligencia emocional implica la capacidad de disfrutar de diversos aspectos de la propia vida y de la vida en general. A menudo, las personas felices se sienten bien y cómodas tanto trabajando como descansando; son capaces de “abandonar toda inhibición” y disfrutar de las oportunidades de diversión que se presentan.

2. *Optimismo (OP)*: es la capacidad de encontrar el lado más provechoso de la vida y mantener una actitud positiva, aún en la adversidad. Implica la esperanza en el planteamiento de vida que tiene una persona. Es la visión positiva de las circunstancias diarias. El optimismo es lo opuesto al pesimismo, el cual es un síntoma común de la depresión.

## **1.3 Justificación**

### **1.3.1 Justificación Teórica.**

El programa se sustenta en la teoría de inteligencia emocional de Goleman (1995). El término Inteligencia Emocional se refiere a la capacidad humana de sentir, entender, controlar y modificar estados emocionales en uno mismo y en los demás. La inteligencia emocional intenta dar cuenta de cómo interactúan las variables cognitivas, sociales y emocionales en la conducta sabia del ser humano (Griffa y Moreno, 2005).

### **1.3.2 Justificación Práctica.**

Es necesario mejorar la inteligencia emocional de los estudiantes, lo cual repercute en su formación integral y el logro de las competencias educativas. A través del desarrollo de sesiones de aprendizaje que permitan a los estudiantes el conocimiento en las dimensiones intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo de estrés y estado de ánimo.

Desde el punto de vista práctico, el presente estudio, nos impulsa a generar estrategias didácticas para mejorar el desarrollo de los estudiantes en forma equilibrada de las diversas habilidades sociales, así como también, el estimular un adecuado clima educativo en el aula, que luego retroalimentará en un adecuado clima social familiar. Asimismo, permite elaborar propuestas que potencialicen las fortalezas de los educandos, tanto en las habilidades, actitudes y percepciones, así como en los aspectos cognitivos, afectivos y psicomotriz que le permitan afianzar su desarrollo integral del educando.

### **1.3.3 Justificación Metodológica.**

La presente investigación a través del programa “Aprendiendo a ser feliz” permitió contribuir a mejorar la inteligencia emocional de los estudiantes ayudándoles a un mejor manejo de emocionales lo que contribuya en una fuente de información valiosa que dirija a las personas para desenvolverse ante una situación amenazante o de riesgo. Por tanto, contribuye a disminuir la intensidad de una reacción emocional a buscar respuestas más constructivas.

La utilización del instrumento validado y confiable permitirá ser utilizado en otras investigaciones.

## **1.4 Problema**

### **1.4.1 Planteamiento del problema**

Hoy en día la inteligencia no solo está basada en conocimientos meramente cognitivos aplicados a diferentes ciencias, sino que también abarca un aspecto más profundo complejo que conlleva

a la capacidad de poder controlar sentimientos propios y ajenos para resolver diferentes situaciones problemáticas que se presentan en transcurrir de su vida. Esto sería lo que llamamos inteligencia emocional. Por ello es fundamental desarrollar la inteligencia en los niños, si bien es cierto es una habilidad innata, estaríamos estimulando la capacidad de razonamiento y de discernimiento entre lo malo y lo bueno, algunos la tienen más desarrolladas, o estimuladas otros no. Esto dependerá de las oportunidades que se le brinde, sobre todo en su infancia que es cuando la podemos desarrollar en su mayor potencial, la cual ayudará en las decisiones que puedan tomar en su vida futura ya que marca nuestras acciones y por ende las consecuencias. Es por eso que la inteligencia emocional permite al niño expresarse libremente ante cualquier situación o circunstancia que atente contra su integridad, en ella está la responsabilidad de lo que somos y seremos ante la sociedad.

Según Goleman (1995) indicó que:

“la inteligencia emocional consiste en la autoconciencia emocional, el manejo de las emociones (como controlar el enojo), la lectura de emociones(es decir, ponerse en la perspectiva de otros) y el manejo de las relaciones (cómo solucionar los problemas en las relaciones)”.

Goleman cree que la autoconciencia es de gran importancia para la inteligencia emocional, porque permite al estudiante ejercer cierto autocontrol. No tener una buena inteligencia emocional, traerá consigo riesgos en la aceptación de la sociedad, los pares e incluso en la familia, ya que al no poder controlar sus impulsos, sus emociones le creará ansiedad y por consiguiente alteración en su desarrollo social y emocional. Además creará al niño la necesidad de reprimir sus sentimientos y a volverse inconsciente de ellos para el manejo eficiente de tales. La inteligencia emocional es importante desarrollarla en toda su amplitud, ya que mayormente sólo abarcamos ámbitos educativos y dejamos de lado el desarrollo integral del niño que es lo más importante para su crecimiento integral, porque de ella se desplegará a todas las áreas de su vida.

Según López (2006) indicó que:

educar la inteligencia de los niños se ha convertido en una tarea necesaria en el ámbito educativo y la mayoría de las docentes considera primordial el dominio de las docentes considera primordial el dominio de estas habilidades para el desarrollo evolutivo y socioemocional de sus alumnos, se ha defendido y desarrollado la importancia de desarrollar en el alumnado habilidades, destrezas, que ayuden al niño a resolver problemas que se le presenten en el ámbito educativo y a su vida diaria.

A nivel nacional en las últimas décadas se ha considerado incompleta la visión de la inteligencia que hace referencia solo al denominado coeficiente intelectual, por ello es que, las nuevas teorías conducen al desarrollo de una perspectiva mucho más amplia de la inteligencia, que incluye los factores emocionales, aparte de lo puramente racional. Habitualmente se observa que las instituciones de educación básica se dedican al trabajo meramente cognitivo, postergando las otras dimensiones del ser humano, especialmente la parte emocional, que como se han demostrado en estudios científicos influyen en alto grado en el rendimiento académico y la socialización de grupos antisociales, caso de pandillas, que en los últimos años es un problema social que se ha agudizado en la Provincia Constitucional del Callao.

La Institución Educativa Privada América del Callao no es ajena a esta problemática ya que a diario tenemos que afrontar la falta de manejo de emociones, aceptación de reglas y normas, toma de decisiones, autoconciencia emocional por parte de nuestros alumnos y padres de familia. El informe que el Dpto. Psicopedagógico manifiesta es que los niños y niñas de la I.E. América del Callao en un 40% que vienen del nivel Inicial a primer grado reflejan una falta de inteligencia emocional para interrelacionarse con sus demás compañeros ya sea porque son hijos únicos, sobreprotección por parte de los padres, abuelos etc. e incluso se involucran a los padres de familia que en su mayoría son parejas jóvenes o separadas o con nuevos compromisos ( pero los hijos de los ex matrimonios conviven con ellos) provocando esto una inestabilidad emocional.

Es por eso que esperamos que esta investigación pueda ayudar a muchas docentes y padres de familia a conocer la importancia de la inteligencia emocional en la toma de decisiones, aceptación de reglas, autoconciencia emocional, manejo de emociones etc., permitiendo así la realización y desarrollo de esta inteligencia que es la emocional, muy importante en el desarrollo de una persona y especialmente para que desde pequeños crezcan íntegramente.

#### **1.4.2 Problema general**

¿Cuál es la influencia del Programa “Aprendiendo a ser Feliz” para desarrollar la Inteligencia Emocional en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao.

#### **1.4.3 Problemas Específicos**

¿Cuál es la influencia del Programa “Aprendiendo a ser feliz” para desarrollar la dimensión intrapersonal en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao?

¿Cuál es la influencia del Programa “Aprendiendo a ser feliz” para desarrollar la dimensión interpersonal en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao?

¿Cuál es la influencia del Programa “Aprendiendo a ser feliz” para desarrollar la dimensión adaptabilidad en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao?

¿Cuál es la influencia del Programa “Aprendiendo a ser feliz” para desarrollar la dimensión en el manejo de estrés en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao?

¿Cuál es la influencia del Programa “Aprendiendo a ser feliz” para desarrollar la dimensión en el estado de ánimo en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao?

## **1.5. Hipótesis**

### **1.5.1. Hipótesis General**

El Programa “Aprendiendo a ser Feliz” influye en el desarrollo de la inteligencia emocional de los estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao.

### **1.5.2. Hipótesis Específicas**

El Programa “Aprendiendo a ser feliz” influye en el desarrollo de la dimensión intrapersonal en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao,

El Programa “Aprendiendo a ser feliz” influye en el desarrollo de la dimensión interpersonal en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao

El Programa “Aprendiendo a ser feliz” influye en el desarrollo de la dimensión de adaptabilidad en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao.

El Programa “Aprendiendo a ser feliz” influye en el desarrollo de la dimensión en el Manejo de estrés en estudiantes de para desarrollar la primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao.

El Programa “Aprendiendo a ser feliz” influye en el desarrollo de la dimensión estado de ánimo en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao.



## **1.6 Objetivos**

### **1.6.1 Objetivo general**

Determinar la influencia del Programa “Aprendiendo a ser Feliz” para desarrollar la inteligencia emocional en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao.

### **1.6.2 Objetivos específicos:**

Identificar la influencia del Programa “Aprendiendo a ser Feliz” en lo intrapersonal en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao.

Identificar la influencia del Programa “Aprendiendo a ser Feliz” en lo interpersonal en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao.

Identificar la influencia del Programa “Aprendiendo a ser Feliz” en la adaptabilidad en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao.

Identificar la influencia del Programa “Aprendiendo a ser Feliz” en el manejo de stress en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao.

Identificar la influencia del Programa “Aprendiendo a ser Feliz” en el estado de ánimo en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao.

## **II. Marco metodológico**

## **2.1 Variables**

### **Variable Independiente: Programa “Aprendiendo a ser Feliz”**

#### **Definición conceptual**

Una variable es una propiedad que puede variar y cuya variación es susceptible de medirse u observarse. La variable se aplica a un grupo de personas u objetos, los cuales adquieren diversos valores o manifestaciones respecto a la variable. (Roberto Hernández Sampieri; Carlos Fernández Collado y Pilar Baptista Lucio. McGraw-Hill Interamericana. México, D. Tercera edición: 2003.

Es una acción continuada, previamente planificada, encaminada a lograr objetivos, con la finalidad de satisfacer necesidades, y/o enriquecer, desarrollar o potenciar determinadas competencias. (Besquerra, 1992, p.18).

El “Programa de Inteligencia Emocional: “Aprendiendo a ser feliz” (6 a 7 años)” es un conjunto de acciones dirigido a los estudiantes y maestros de Educación Primaria, cuyo propósito general es desarrollar aspectos relacionados con inteligencia emocional. En la que se han determinado los objetivos, estrategias y recursos.

## 2.2. Operacionalización de variables

Tabla 1

*Organización de la variable independiente: El programa “Aprendiendo a ser feliz”*

OBJETIVO	MÉTODO	Contenidos	PLANIFICACION
<p><b>“Aprendiendo a ser Feliz”</b></p> <p>Es un programa orientado y dirigido a estudiantes del primer grado para mejorar su inteligencia emocional.</p> <p>Es un conjunto de actividades debidamente organizadas, sistematizadas y estructuradas de tal manera que permita en la práctica docente desarrollar la inteligencia emocional en los estudiantes.</p>	<p>La metodología de trabajo en cada una de las sesiones, ha sido diseñada en tres momentos el <b>inicio</b> donde básicamente se pone énfasis en la motivación para pre disponer a los participantes, recojo de saberes previos, preguntas de reflexión llegando al conflicto cognitivo, así mismo se da a conocer el propósito de la sesión y en consenso con los estudiantes se establecen las normas de convivencia a tener en cuenta en el desarrollo de cada sesión.</p> <p>Luego pasamos al <b>proceso</b> se desarrolla el tema a tratar con la participación activa de los estudiantes quienes deben desarrollar a través del trabajo en equipo, análisis de casos, juego de roles, diálogos, debates para culminar en el proceso de <b>cierre</b> se realiza el proceso de la metacognición y la evaluación de la actividad desarrollada. Algunas sesiones se han desarrollado teniendo en cuenta el proceso didáctico del área de Personal Social.</p>	<p><u>Competencia 1:</u> Construye su identidad.</p> <p><u>Capacidades</u> Se valora así mismo. Autorregula sus emociones.</p> <p><u>Competencia 2:</u> Convive y participa democráticamente en la búsqueda del bien común.</p> <p><u>Capacidades:</u> Interactúa con todas las personas. Construye y asume acuerdos y normas. Maneja conflictos de manera constructiva.</p>	<p>Aplicación de 20 sesiones de aprendizaje diseñados con el contenido respectivo del programa, cada sesión tendrá una duración de 45 minutos.</p>

## Variable Dependiente: Inteligencia emocional

### Definición conceptual:

Góleman (1995), la inteligencia emocional, refiriendo a un conjunto de destrezas, actitudes, habilidades y competencias que determinan la conducta del individuo, sus reacciones, estados mentales, y que puede definirse como la capacidad para reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, de motivarnos y de manejar adecuadamente las relaciones.

### Definición operacional

Representa un conjunto de conocimientos utilizados para enfrentar la vida efectivamente” a través de cinco componentes: Intrapersonal, interpersonal; adaptabilidad o ajuste; manejo del estrés y el estado de ánimo general, lo que puede ser evaluado a través del inventario de BarOn.

Tabla 2

*Operacionalización de la variable dependiente: Inteligencia Emocional*

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escalas y valores	Niveles y Rangos
1. Interpersonal	Mantiene relaciones sociales satisfactoriamente.	1-5-13-17-29-31-36-39		Excelentemente desarrollada 130 a +
2. Intrapersonal	Demuestra un nivel de autoestima óptimo.	2-6-10- 14-18-22-26- 38		Muy bien desarrollada 120 a 129
3. Adaptabilidad	Soluciona sus problemas en forma apropiada.	4-7-12-15-19-24- 27-34	1. Muy rara vez 2. Rara vez 3. A menudo 4. Muy a menudo	Bien desarrollada 110 a 119 Promedio 90 a 109
4. Manejo de Estrés	Demuestra control de sus impulsos.	9- 21-25- 30-32-33-35-40		Necesita mejorarse 80 a 89
5. Estado de Ánimo.	Mantiene una actitud positiva.	3-8- 11- 16-20-23- 28-37		Necesita Mejorarse Considerablemente 70 a 79  Marcada-mente bajo 69

### **2.3. Metodología**

Siguiendo a Hernández Sampieri (2008), el método de la investigación es hipotético deductivo, de carácter cuantitativo, porque en la medición de resultados antes de la aplicación del programa y después de concluido este y por la transformación numérica que sufrió el nivel de la inteligencia emocional

Por otro lado se consideró el siguiente procedimiento:

- 1° Identificar el nivel de inteligencia emocional en sus diferentes dimensiones.
- 2° Propuesta del programa.
- 3° Elaborar las sesiones a trabajar con los estudiantes de la institución educativa como parte del programa.
- 4° Aplicación del Programa para mejorar la inteligencia emocional.
- 5° Aplicación del post test al grupo experimental.
- 6° Comparar el pre y post test.
- 7° Determinar la efectividad del programa y comprobación de la hipótesis.
- 8° Elaboración del informe de Tesis.

### **2.4 Tipo de Estudio**

En el presente trabajo de investigación se tuvo en cuenta la caracterización realizada por Landeau (2007) que permite definir a esta investigación como: aplicada, según su finalidad, porque su propósito es lograr el mejoramiento de la inteligencia emocional en los estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada “América” del Callao, a través de la propuesta del Programa “Aprendiendo a ser feliz”. Según su carácter es explicativa porque se pretende explicar la influencia del programa “Aprendiendo a ser feliz” al mejoramiento de la inteligencia emocional para conocer su significancia entre ambas variables. También es experimental porque se establecerán las relaciones entre las variables a través de la metodología experimental con la finalidad de controlarlas.

## 2.5 Diseño

La presente investigación se enmarca dentro de un diseño de investigación experimental, según Hernández et. al. (2006), de tipo cuasi experimental, en el que se manipula la variable independiente, programa “Aprendiendo a ser feliz” para observar su efecto y relación con la variable, inteligencia emocional, aunque no se tiene garantizado el grado de seguridad o confiabilidad porque los sujetos de trabajo tanto el de control como el experimental son elegidos de acuerdo al semestre de estudios de interés para esta investigación, es decir son grupos intactos.

La investigación es cuantitativa ya que utiliza la recolección de datos para probar hipótesis con base en medición numérica y el análisis estadístico, con el fin de establecer pautas de comportamiento y probar las teorías.

Como es una investigación cuasi-experimental se utiliza un grupo experimental y otro grupo de control.

### Esquema

G.E =Y1-----x-----Y2  
G.C =Y3-----Y4

### Leyenda

G.E. : Grupo experimental

G.C. : Grupo de control

X : Aplicación del Programa “Aprendiendo a ser Feliz”

Y<sub>1</sub> : Pre test del grupo experimental

Y<sub>2</sub> : Post test del grupo experimental

Y<sub>3</sub> : Pre test el grupo de control

Y<sub>4</sub> : Post test del grupo de control

## 2.6 Población, muestra y muestreo

### 2.6.1 Población.

La población estuvo conformada por 101 estudiantes del primer grado de primaria de la I.E. Privada “América” de Bellavista – Callao, matriculados en el año 2017. Los estudiantes son del turno diurno de ambos sexos, comprendidos entre 6 y 7 años y pertenecen a las 4 secciones de primer grado de primaria.

Tabla 3

*Distribución de estudiantes del primer grado de primaria del turno diurno de la I.E. Privada “América” de Bellavista – Callao, según secciones a las que pertenecen.*

Sección	Grupo
“A”	26
“B”	25
“C”	26
“D”	24
<b>Total</b>	<b>101</b>

*Nota:* Nómina de matrícula 2017

### 2.6.2 Muestra

El grupo con el que se trabajó, al cual se le denomina muestra, debe tener relaciones de semejanza con los grupos a los que se quiere hacer extensivos los resultados, es decir la muestra debe ser representativa de la población. Ary y colaboradores (1978) mencionados por Sánchez, Reyes (1996, p. 111).

La muestra está conformada por los 50 estudiantes de las secciones de primer grado de primaria de la I.E. Privada “América” del Callao, de los cuales se eligió por conveniencia a 26 estudiantes como grupo experimental y 24 estudiantes como grupo de control.



Tabla 4  
*Estudiantes del grupo experimental y control*

Sección	Estudiantes	Grupo
"D"	24	Control
"C"	26	Experimental
<b>Total</b>	<b>50</b>	

Nota: Nómina de matrícula 2017

### 2.6.3 Muestreo.

No probabilístico y por conveniencia del investigador.

Los criterios de inclusión considerados para la muestra son los siguientes:

Características cuantitativas: Edades comprendidas entre los 6 y 7 años

Características cualitativas:

Sexo : Masculino y femenino

Nivel socioeconómico : Medio y alto

Nivel de educación : Primaria

Turno : Diurno

Grado de estudios : Primer grado

Estudiantes de primer grado con asistencia regular.

Criterios de inclusión:

Estudiantes de primer grado de primaria.

Estudiantes que asisten normalmente a clases en el desarrollo del programa.

Estudiantes que tienen edades de 06 a 07 años.

Estudiantes que se encuentren matriculados

Criterios de exclusión:

Estudiantes que no asisten a clases.

Estudiantes que estén comprendidos fuera de las edades entre 06 y 07 años.

## 2.7 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

### 2.7.1 Técnica

En la presente investigación se trabajó con la técnica: La Encuesta, (Buendía y otros, 1998, p.120) La encuesta sería el “método de investigación capaz de dar respuestas a problemas tanto en términos descriptivos como de relación de variables, tras la recogida de información sistemática, según un diseño previamente establecido que asegure el rigor de la información obtenida”.

### 2.7.2 Instrumento

Para Hernández et. al. (2006) un instrumento de medición es un recurso que se emplea para realizar un registro de la información o datos sobre las variables propuestas por el investigador. En este sentido se utilizará como instrumento para la recolección de datos la Inventario de Inteligencia Emocional de Baron Ice: NA, en niños y adolescentes (Pre test y Post test).

Este instrumento ha sido adaptado por: Nelly Ugarriza Chávez y Liz Pajares Del Águila en Lima – Perú, para realizar el proceso de medición en la inteligencia emocional de los estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. y realizado la revalidación y adaptación para niños de 6 años.

Tabla 5  
*Técnica e instrumento de investigación*

Variable	Técnica	Instrumento	Fuente
Programa	- Observación directa.	Inventario de	Docentes
“Aprendiendo a ser Feliz”	- Encuesta	Inteligencia emocional de BarOn	Expertos
	- Observación Indirecta.		Estudiantes del primer grado de primaria.

### Ficha técnica del instrumento

Nombre original	: EQi- YV Baron Emotional Quotient Inventory
Autor	: Reuven BarOn
Procedencia	: Toronto –Canadá
Adaptación Peruana	: Nelly Ugarriza Chávez y Liz Pajares
Criterio de Adaptación :	Para determinar los niveles de inteligencia emocional se modificaron las opciones de respuesta a 4 escalas ( 4 = muy a menudo, 3= a menudo, 2 = rara vez, 1 =muy rara vez)
Administración	: Individual o colectiva.
Formas	: Formas completa o abreviada.
Duración	: Sin límite de tiempo (forma completa 20 a 25 minutos aproximadamente)
Aplicación	: Niños y adolescentes entre 7 y 18 años.
Puntuación	: Calificación computarizada
Significación	: Evaluación de las habilidades emocionales y sociales.
Tipificación	: Baremos Peruanos.
Usos	: Educacional, clínico, jurídico, médico y en la investigación. Son usuarios potenciales aquellos profesionales que se desempeñan como psicólogos, psiquiatras, médicos trabajadores sociales, consejeros, tutores y orientadores vocacionales
Materiales	: Un disquete que contiene: Cuestionarios de la forma completa, calificación computarizada y perfiles

## Validación y confiabilidad del instrumento.

### Validez

Para el requisito de validez se sometió al juicio de expertos, que atendiendo a lo expresado por Hernández et al. (2006) es el grado en que aparentemente un instrumento mide la variable en cuestión, de acuerdo con “voces calificadas”, es decir, mediante la evaluación del instrumento ante expertos.

El presente instrumento ha sido sometido al juicio de expertos para validar su contenido, indicando pertinencia, relevancia y claridad.

Nombres y apellidos	DNI	Resultados
Mgr. Garay Valle, Claudia Olga	41512959	Existe suficiencia
Mgr. Prinque del Maz, Gabriela Aida	25595145	Existe suficiencia
Mgr. María del Pilar Pedraza Tipacti	25663128	Existe suficiencia
Mgr. Huertas Caldas, Leopoldo Luperio	25764106	Existe suficiencia

### Confiabilidad

Para la confiabilidad del cuestionario, se aplicó un estudio piloto, a los estudiantes de primer grado, quienes participarían en el programa. La confiabilidad del cuestionario, se obtuvo mediante el Coeficiente de Alfa de Cronbach.

Tabla 6

*Coeficiente de Alfa de Cronbach instrumento cuestionario de emprendimiento.*

Alfa de Cronbach	N de elementos
0,887	40

Nota: La fuente se obtuvo de los resultados de la prueba piloto.

Por lo tanto, y de acuerdo con los resultados obtenidos de la confiabilidad del instrumento por el Alfa de Cronbach, este goza de confiabilidad moderada.

## **2.8 Métodos de análisis de datos**

Para procesar, presentar y analizar la información pertinente se aplicó un pre y post test que acopia los datos relacionados con el inteligencia emocional, características de la variable estudiada, antes y después del experimento; establecer la media aritmética y desviación estándar de los puntajes obtenidos por los estudiantes del grupo experimental y control en el pre y post test, y establecer la contrastación.

Para procesar y calcular los datos se realizó a través del programa computacional de análisis estadístico SPSS 22 en español, así como también el programa Excel. Se usó la estadística descriptiva con la finalidad de describir el comportamiento de las variables en estudio. Para el análisis descriptivo se elaboraron tablas que describen los resultados finales de las variables y dimensiones, además se presentarán tablas de contingencia que relacionan a las dos variables con su respectivo gráfico de barras.

Para comprobar las hipótesis, es decir, el análisis inferencial se utilizó la prueba U de Mann-Whitney.

## **2.9. Aspectos éticos**

De acuerdo a las normas establecidas por la Universidad César Vallejo, se consideran las siguientes normas:

Para el desarrollo de la presente investigación se ha tenido en cuenta el respeto a las normas básicas, por ello se pidió el permiso respectivo tanto al director de la institución educativa como a los padres de familia.

Los datos son verídicos, no han sido adulterados ni usados para otros fines que no sean los de la presente investigación.

Se ha respetado el derecho de autoría, realizando las citas y referencias respectivas.

### **III. Resultados**

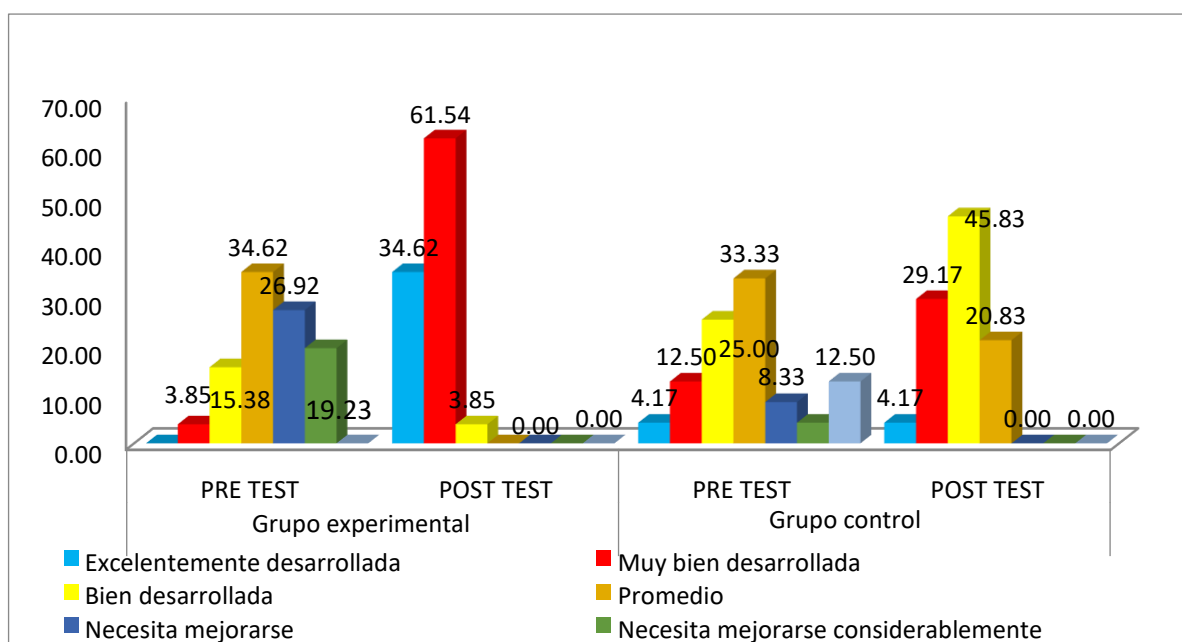
### 3.1 Resultados descriptivos

Tabla 7

*Resultados de la inteligencia emocional por frecuencias obtenidos en los estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, 2017*

Nivel	Experimental				Control			
	Pre-Test		Post-Test		Pre-Test		Post-Test	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Excelentemente Desarrollada	0	0.00	9	34.62	1	4.17	1	4.17
Muy bien desarrollada	1	3.85	16	61.54	3	12.50	7	29.17
Bien desarrollada	4	15.38	1	3.85	6	25.00	11	45.83
Promedio	9	34.62	0	0.00	8	33.33	5	20.83
Necesita mejorarse	7	26.92	0	0.00	2	8.33	0	0.00
Necesita mejorarse Considerablemente	5	19.23	0	0.00	1	4.17	0	0.00
Marcadamente bajo	0	0.00	0	0.00	3	12.50	0	0.00
Total	26	100.00	26	100.00	24	100.00	24	100.00

*Nota: Base de datos*



*Figura 1. Resultados de Inteligencia emocional*

### Interpretación

En la tabla 7 y figura 1 se aprecia que del total de la muestra (50 estudiantes) correspondiente a grupo experimental y control, respecto a la inteligencia emocional, tenemos que: en el pre test, el grupo experimental se ubicó en el nivel promedio con un 34.62%, el 26.92% nivel necesita mejorarse junto a un 19.23% necesita mejorarse considerablemente, mientras un 15.38% bien desarrollada y sólo un 3.85% muy bien desarrollada respecto al grupo control el 33% se ubicó en el nivel promedio, el 25% en bien desarrollada, un 12.50% tanto muy bien desarrollada y marcadamente bajo, el 8.33% necesita mejorarse y 4.17% necesita mejorarse considerablemente. En el post test, el grupo experimental un 61.54% muy bien desarrollada, un 34.62% en excelentemente desarrollada y solo un 3.85% en bien desarrollada. Mientras que el grupo control 45.83% bien desarrollada, 29.17% muy bien desarrollada, 20.83 promedio y sólo un 4.17% excelentemente desarrollada.

Tabla 8

*Resultados de la dimensión interpersonal por frecuencias obtenidos en la inteligencia emocional en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, 2017*

Nivel	Experimental				Control			
	Pre-Test		Post-Test		Pre-Test		Post-Test	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
<b>Excelentemente Desarrollada</b>	2	7.69	18	69.23	3	12.50	4	16.67
<b>Muy bien desarrollada</b>	4	15.38	8	30.77	5	20.83	10	41.67
<b>Bien desarrollada</b>	6	23.08	0	0.00	5	20.83	8	33.33
<b>Promedio</b>	8	30.77	0	0.00	8	33.33	2	8.33
<b>Necesita mejorarse</b>	3	11.54	0	0.00	1	4.17	0	0.00
<b>Necesita mejorarse Considerablemente</b>	2	7.69	0	0.00	0	0.00	0	0.00
<b>Marcadamente bajo</b>	1	3.85	0	0.00	2	8.33	0	0.00
<b>Total</b>	26	100.00	26	100.00	24	100.00	24	100.00

*Nota: Base de datos*



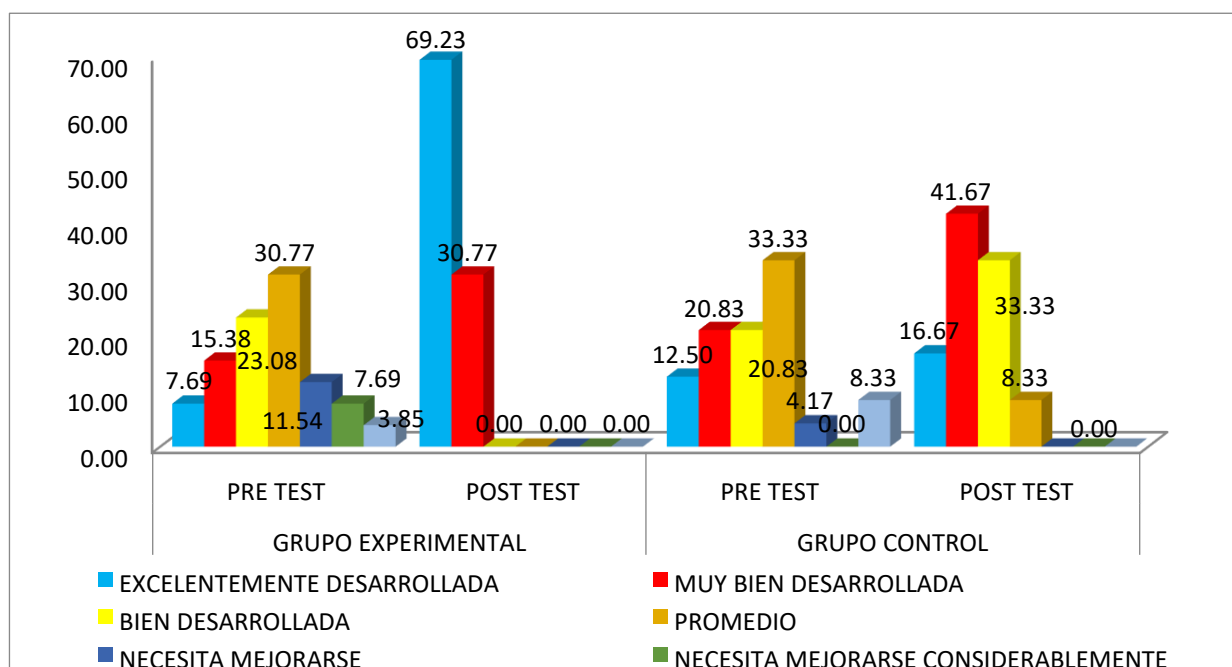


Figura 2. Resultados de la dimensión interpersonal

### Interpretación

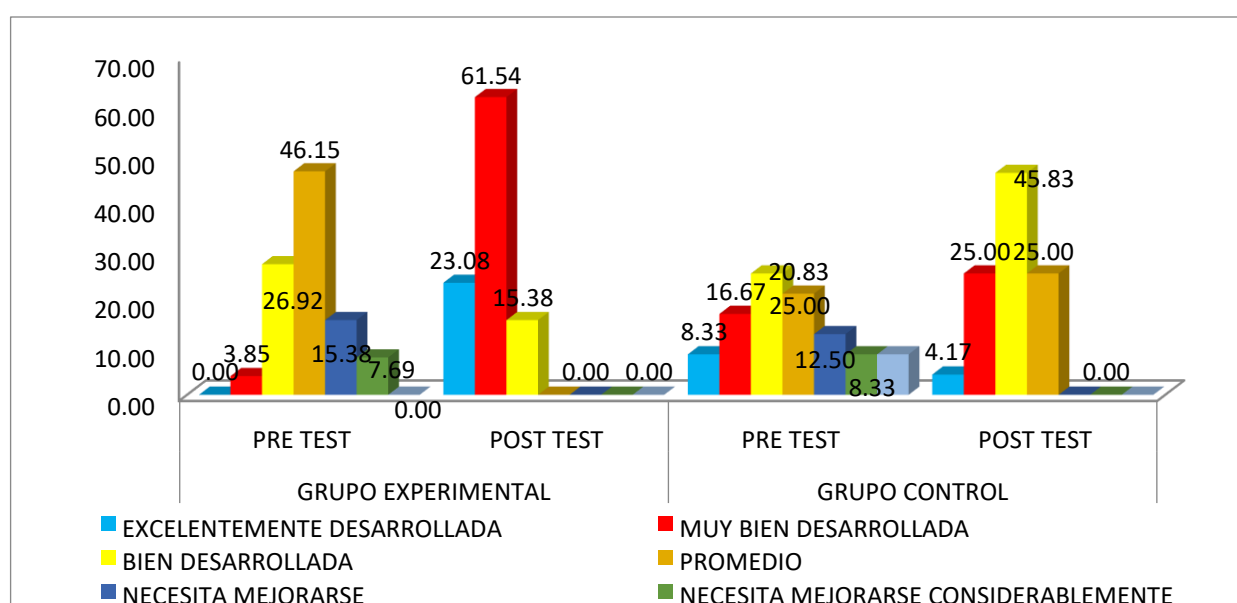
En la tabla 8 y figura 2 se aprecia que del total de la muestra (50 estudiantes) correspondiente a grupo experimental y control, respecto a la dimensión interpersonal, tenemos que: En el pre test, el grupo experimental se ubicó en el nivel promedio con un 30.77%, el 23.08% nivel bien desarrollada, 15.38 muy bien desarrollado, 11.545 necesita mejorarse un 7.69% necesita mejorarse considerablemente, mientras un 15.38% bien desarrollada y sólo un 3.85% marcadamente bajo. En el post test, el grupo experimental un 69.23% excelentemente desarrollada, un 30.77% en muy bien desarrollada. Mientras que el grupo control 33.33% nivel promedio, 20.83% bien desarrollada y muy bien desarrollada, 12.50% excelentemente desarrollada, 8.33% marcadamente baja, mientras el post test 41.67% muy bien desarrollada, 33.33 bien desarrollada, 16.67% excelentemente desarrollada y sólo un 8.33% promedio.

Tabla 9

*Resultados de la dimensión intrapersonal por frecuencias primaria de la I.E. Privada América del Callao, 2017 obtenidos en la inteligencia emocional en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E.*

Nivel	Experimental		Control					
	Pre-Test		Post-Test		Pre-Test		Post-Test	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Excelentemente Desarrollada	0	0.00	6	23.08	2	8.33	1	4.17
Muy bien desarrollada	1	3.85	16	61.54	4	16.67	6	25.00
Bien desarrollada	7	26.92	4	15.38	6	25.00	11	45.83
Promedio	12	46.15	0	0.00	5	20.83	6	25.00
Necesita mejorarse	4	15.38	0	0.00	3	12.50	0	0.00
Necesita mejorarse Considerablemente	2	7.69	0	0.00	2	8.33	0	0.00
Marcadamente bajo	0	0.00	0	0.00	2	8.33	0	0.00
Total	26	100.00	26	100.00	24	100.00	24	100.00

*Nota: Base de datos*



*Figura 3. Resultados de la dimensión intrapersonal*

### Interpretación

En la tabla 9 y figura 3 se aprecia que del total de la muestra (50 estudiantes) correspondiente a grupo experimental y control, respecto a la dimensión intrapersonal, tenemos que: en el pre test, el grupo experimental se ubicó en el nivel promedio con un 46.15%, el 26.92% nivel bien desarrollada, el 15.38% necesita mejorarse, mientras un 7.69% necesita mejorarse considerablemente y sólo un 3.85% muy bien desarrollada respecto al grupo control el 25% se ubicó en el nivel bien desarrollada, el 20.83% promedio, el 16.67% en muy bien desarrollada, un 8.33% tanto necesita mejorarse y necesita mejorarse considerablemente. En el post test, el grupo experimental un 61.54% muy bien desarrollada, un 23.08% en excelentemente desarrollada y un 15.38 % en bien desarrollada. Mientras que el grupo control 45.83% bien desarrollada, 25% tanto en bien y muy bien desarrollada, y sólo un 4.17% excelentemente desarrollada.

Tabla 10

*Resultados de la dimensión adaptabilidad por frecuencias obtenidos en la inteligencia emocional en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E.*

*Privada América del Callao, 2017*

Nivel	Experimental				Control			
	Pre-Test		Post-Test		Pre-Test		Post-Test	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Excelentemente Desarrollada	0	0.00	17	65.38	3	12.50	5	20.83
Muy bien desarrollada	2	7.69	8	30.77	4	16.67	6	25.00
Bien desarrollada	4	15.38	0	0.00	5	20.83	10	41.67
Promedio	9	34.62	1	3.85	7	29.17	2	8.33
Necesita mejorarse	9	34.62	0	0.00	2	8.33	1	4.17
Necesita mejorarse Considerablemente	2	7.69	0	0.00	1	4.17	0	0.00
Marcadamente bajo	0	0.00	0	0.00	2	8.33	0	0.00
Total	26	100.00	26	100.00	24	100.00	24	100.00

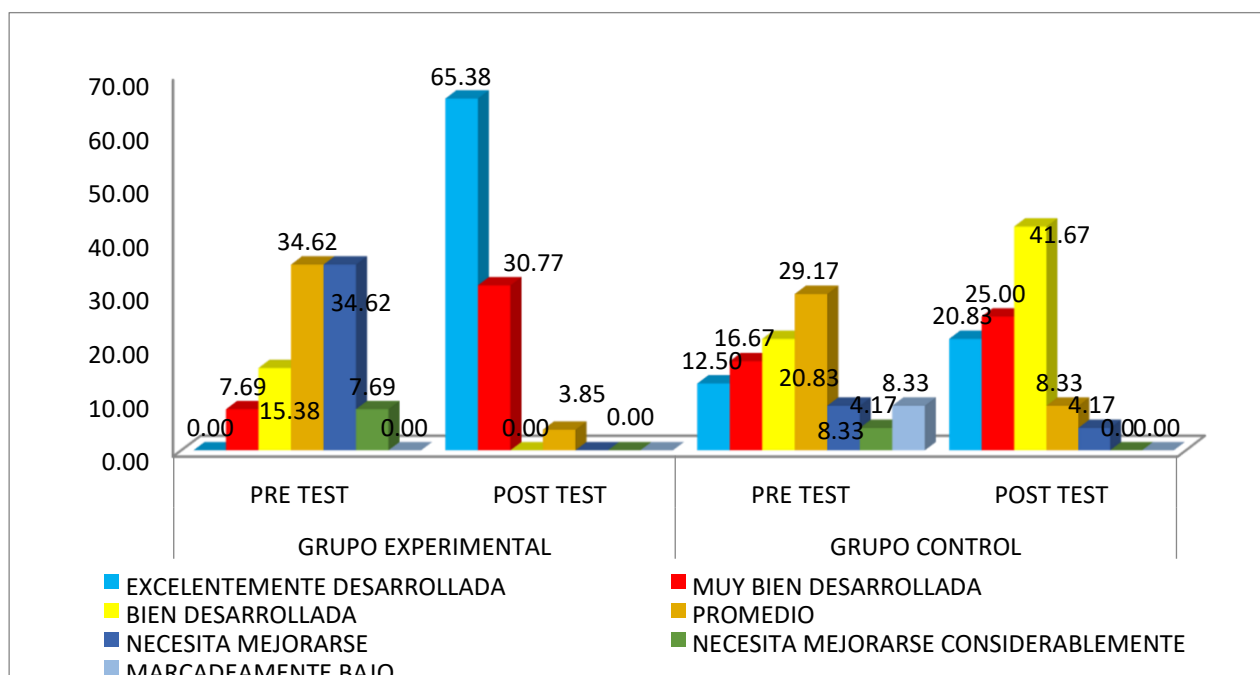


Figura 4. Resultados de la dimensión adaptabilidad

### Interpretación

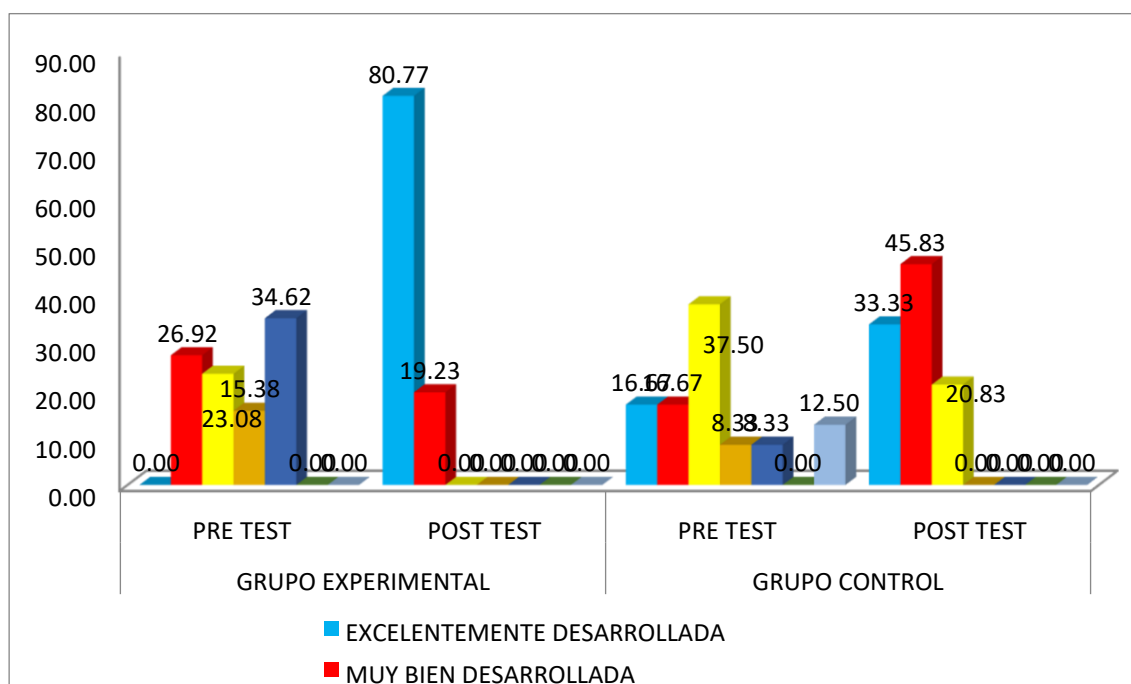
En la tabla 10 y figura 3 se aprecia que del total de la muestra (50 estudiantes) correspondiente a grupo experimental y control, respecto a la dimensión adaptabilidad, tenemos que: en el pre test, el grupo experimental se ubicó un 34.62% el nivel promedio y necesita mejorarse, con un 15.38% en bien desarrollado, el 7.69% tanto en nivel muy bien desarrollada, como en necesita mejorarse considerablemente respecto al grupo control el 29.17% se ubicó en el nivel promedio, 20.83% bien desarrollada, el 16.67% muy bien desarrollada, un 8.33% tanto necesita mejorarse. En el post test, el grupo experimental un 65.38% excelentemente desarrollada, un 30.77% en muy bien desarrollada y un 3.85% en promedio. Mientras que el grupo control 41.67% bien desarrollada, 25% muy bien desarrollada, y un 20.83% excelentemente desarrollada.

Tabla 11

*Resultados de la dimensión manejo de estrés por frecuencias obtenidos en la inteligencia emocional en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, 2017*

Nivel	Experimental				Control			
	Pre-Test		Post-Test		Pre-Test		Post-Test	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Excelentemente Desarrollada	0	0.00	21	80.77	4	16.67	8	33.33
Muy bien desarrollada	7	26.92	5	19.23	4	16.67	11	45.83
Bien desarrollada	6	23.08	0	0.00	9	37.50	5	20.83
Promedio	4	15.38	0	0.00	2	8.33	0	0.00
Necesita mejorarse	9	34.62	0	0.00	2	8.33	0	0.00
Necesita mejorarse Considerablemente	0	0.00	0	0.00	0	0.00	0	0.00
Marcadamente bajo	0	0.00	0	0.00	3	12.50	0	0.00
Total	26	100.00	26	100.00	24	100.00	24	100.00

*Nota: Base de datos*



*Figura 5. Resultados de la dimensión manejo de estrés*

### Interpretación

En la tabla 11 y figura 5 se aprecia que del total de la muestra (50 estudiantes) correspondiente a grupo experimental y control, respecto a la dimensión manejo de estrés, tenemos que: en el pre test, el grupo experimental se ubicó un 34.62% necesita mejorarse, el 26.92% el nivel muy bien desarrollada, 23.08% bien desarrollada y un 15.38% en promedio, respecto al grupo control el 37.50% se ubicó en el nivel bien desarrollada, 16.67% tanto en excelente y muy bien desarrollada, el 12.50% marcadamente bajo, un 8.33% tanto en promedio y necesita mejorarse. En el post test, el grupo experimental un 80.77% excelentemente desarrollada y un 19.23% en muy bien desarrollada. Mientras que el grupo control 45.83% muy bien desarrollada, 33.33% excelentemente desarrollada, y un 20.83% bien desarrollada.

Tabla 12

*Resultados de la dimensión estado de ánimo por frecuencias obtenidos en la inteligencia emocional en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, 2017*

Nivel	Experimental		Control					
	Pre-Test		Post-Test		Pre-Test		Post-Test	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Excelentemente Desarrollada	0	0.00	15	57.69	1	4.17	5	20.83
Muy bien desarrollada	6	23.08	10	38.46	8	33.33	9	37.50
Bien desarrollada	5	19.23	1	3.85	6	25.00	8	33.33
Promedio	9	34.62	0	0.00	3	12.50	1	4.17
Necesita mejorarse	5	19.23	0	0.00	3	12.50	1	4.17
Necesita mejorarse Considerablemente	1	3.85	0	0.00	0	0.00	0	0.00
Marcadamente bajo	0	0.00	0	0.00	3	12.50	0	0.00
Total	26	100.00	26	100.00	24	100.00	24	100.00

*Nota: Base de datos*

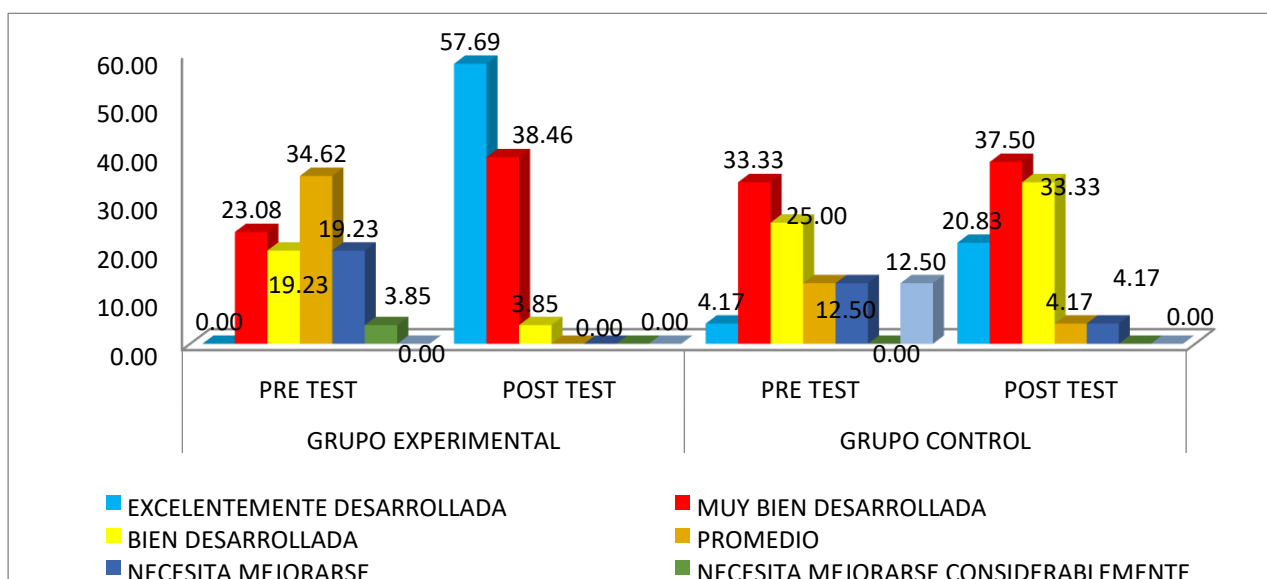


Figura 6. Resultados de la dimensión estado de ánimo

### Interpretación

En la tabla 12 y figura 6 se aprecia que del total de la muestra (50 estudiantes) correspondiente a grupo experimental y control, respecto a la dimensión estado de ánimo, tenemos que: en el pre test, el grupo experimental se ubicó un 34.62% promedio, el 23.08% el nivel muy bien desarrollada, 19.23% tanto bien desarrollada como necesita mejorarse y sólo 3.85% en necesita mejorarse considerablemente, respecto al grupo control el 33.33% se ubicó en el nivel muy bien desarrollado, 25% bien desarrollada y 12.50% tanto en promedio y necesita mejorarse, y un 4.17% excelentemente desarrollada. En el post test, el grupo experimental un 57.69% excelentemente desarrollada un 38.46% en muy bien desarrollada y 3.85% bien desarrollada. Mientras que el grupo control 37.50% muy bien desarrollada, 33.33% bien desarrollada, un 20.83% excelentemente desarrollada, y 4.17% tanto en promedio y necesita mejorarse.

### 3.2 Resultados inferenciales

#### Prueba de Hipótesis general

Comprobación de hipótesis General por la diferencia de medias por U de Mann Whitney.

Ho: El Programa “Aprendiendo a ser Feliz” no influye en el desarrollo de la inteligencia emocional de los estudiantes de primer grado de primaria de la I.E.

Privada América del Callao.

$$H_0 : \mu_e \leq \mu_c$$

Dónde:

$\mu_e$ : Promedio de puntuaciones del pos test de inteligencia emocional de los estudiantes, de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, grupo experimental.

$\mu_c$ : Promedio de puntuaciones del pos test de inteligencia emocional de los estudiantes, de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, grupo control.

Ha: El Programa “Aprendiendo a ser Feliz” influye en el desarrollo de la inteligencia emocional de los estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao.

Tabla 13

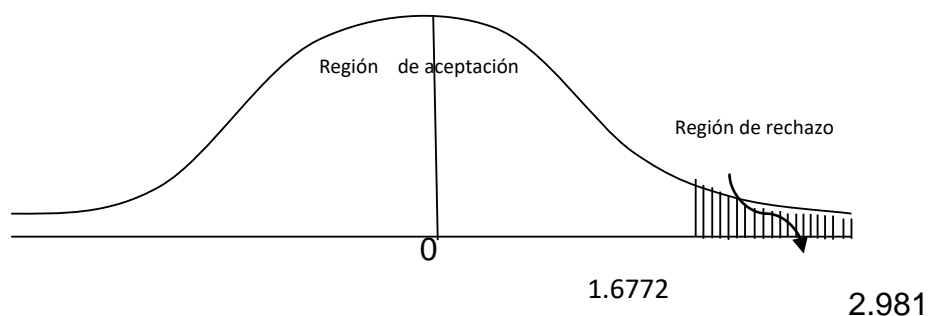
*Resultados generales posttest en el grupo experimental y control*

Posttest inteligencia emocional	
U de Mann-Whitney	228,000
Z	-2,981
Sig. asintót. (bilateral)	,008

a. Variable de agrupación: GRUPOS



Prueba estadística: U de Mann Whitney.



#### **Toma de decisiones:**

El valor “z”= 2.981 > 1.6772, por tanto se rechaza  $H_0$  y se acepta  $H_1$ :  $\mu_1 \neq \mu_2$ , es decir, que el programa “Aprendiendo a ser Feliz” influye en el desarrollo de la inteligencia emocional de los estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao.

#### **Conclusión:**

El Programa “Aprendiendo a ser Feliz” influye en el desarrollo de la inteligencia emocional de los estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, lo demuestra el valor de “z”= 2.981 > 1.6772, y es significativa p – valor  $0.008 < 0.05$ .

$H_0$ : El Programa “Aprendiendo a ser Feliz” no influye en el desarrollo de la dimensión interpersonal de los estudiantes de primer grado de primaria de la I.E.

Privada América del Callao.

$$H_0 : \mu_e \leq \mu_c$$

Dónde:

$\mu_e$ : Promedio de puntuaciones del pos test de inteligencia emocional de los estudiantes, de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, grupo experimental

$\mu_c$ : Promedio de puntuaciones del pos test de inteligencia emocional de los estudiantes, de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, grupo control

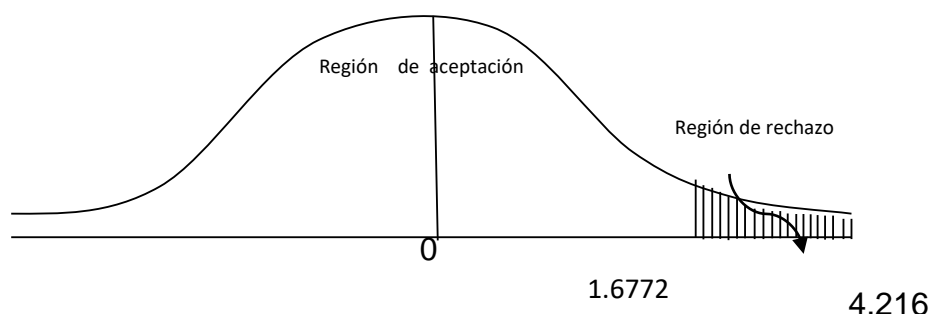
Ha: El Programa “Aprendiendo a ser Feliz” influye en la dimensión interpersonal de los estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao.

Tabla 14

*Resultados generales pos test en el grupo experimental y control dimensión interpersonal*

Postest Interpersonal	
U de Mann-Whitney	108,000
Z	-4,261
Sig. asintót. (bilateral)	,000

Prueba estadística: U de Mann Whitney.



Toma de decisiones:

El valor de “z”= 4.261 > 1.6772, por tanto se rechaza  $H_0$  y se acepta  $H_1$ :  $\mu_1 \neq \mu_2$ , es decir, que el programa “Aprendiendo a ser Feliz” influye en el desarrollo de la dimensión interpersonal en los estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao.

El Programa “Aprendiendo a ser Feliz” interpersonal de América del Callao, así lo demuestran los valores de “z”= 4.261 > significativa p –valor 0.000 < 0.05.

Comprobación de hipótesis específica 2 por la diferencia de medias por U de Mann Whitney

$H_0$ : El Programa “Aprendiendo a ser Feliz” no influye en el desarrollo de la dimensión intrapersonal de los estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao.

$$H_0 : \mu_e \leq \mu_c$$

Dónde:

$\mu_e$ : Promedio de puntuaciones del pos test de inteligencia emocional de los estudiantes, de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, grupo experimental

$\mu_c$ : Promedio de puntuaciones del pos test de inteligencia emocional de los estudiantes, de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, grupo control

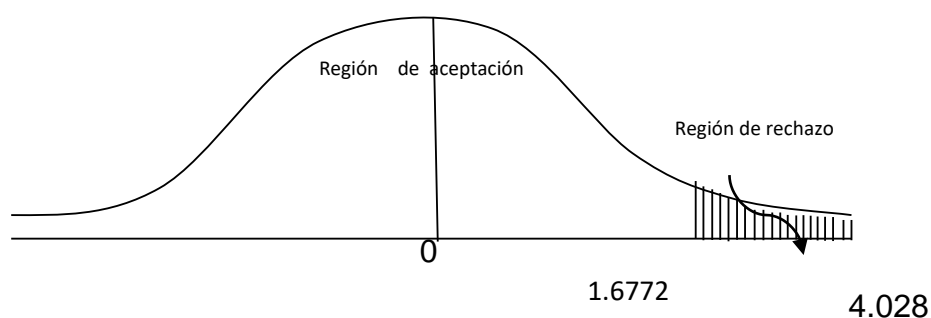
$H_a$ : El Programa “Aprendiendo a ser Feliz” influye en el desarrollo de la dimensión intrapersonal de los estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao.

Tabla 15

*Resultados generales pos test en el grupo experimental y control dimensión intrapersonal*

Postest Intrapersonal	
U de Mann-Whitney	117,000
Z	-4,028
Sig. asintót. (bilateral)	,000

Prueba estadística: U de Mann Whitney.



Toma de decisiones:

El valor de “z”= 4.028 > 1.6772, por tanto se rechaza  $H_0$  y se acepta  $H_1$ :  $\mu_1 \neq \mu_2$ , es decir, que el programa “Aprendiendo a ser Feliz” influye en el desarrollo de la dimensión intrapersonal de los estudiantes de primer grado de primaria de la I.E.

Privada América del Callao.

El Programa “Aprendiendo a ser Feliz” Intrapersonal de América del Callao, así lo demuestran los valores de “z”= 4.028 > significativa p –valor 0.000 < 0.05.

Comprobación de hipótesis específica 3 por la diferencia de medias por U de Mann Whitney

$H_0$ : El Programa “Aprendiendo a ser Feliz” no influye en el desarrollo de la dimensión adaptabilidad de los estudiantes de primer grado de primaria de la I.E.

Privada América del Callao.

$$H_0 : \mu_e \leq \mu_c$$

Dónde:

$\mu_e$ : Promedio de puntuaciones del pos test de inteligencia emocional de los estudiantes, de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, grupo experimental

$\mu_c$ : Promedio de puntuaciones del pos test de inteligencia emocional de los estudiantes, de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, grupo control

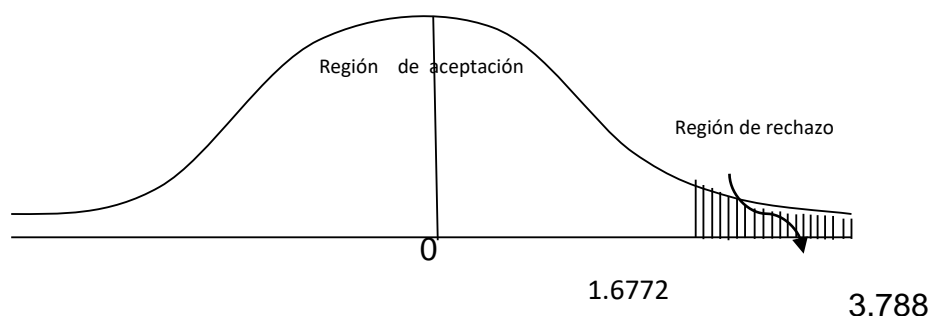
$H_a$ : El Programa “Aprendiendo a ser Feliz” influye en el desarrollo de la dimensión adaptabilidad de los estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao

Tabla 16

*Resultados generales pos test en el grupo experimental y control dimensión adaptabilidad*

Postest Adaptabilidad	
U de Mann-Whitney	128,500
Z	-3,788
Sig. asintót. (bilateral)	,000

Prueba estadística: U de Mann Whitney.



Toma de decisiones:

El valor de “z”= 3.788 > 1.6772, por tanto se rechaza  $H_0$  y se acepta  $H_1$ :  $\mu_1 \neq \mu_2$ , es decir, que el programa “Aprendiendo a ser Feliz” influye en el desarrollo de las dimensiones adaptabilidad de los estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao.

El Programa “Aprendiendo a ser Feliz” adaptabilidad de América del Callao, así lo demuestran los valores de “z”= 3.788 > significativa p –valor 0.000 < 0.05.

Comprobación de hipótesis específica 4 por la diferencia de medias por U de Mann Whitney

$H_0$ : El Programa “Aprendiendo a ser Feliz” no influye en el las dimensión manejo del estrés de los estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao.

$$H_0 : \mu_e \leq \mu_c$$

Dónde:

$\mu_e$ : Promedio de puntuaciones del pos test de inteligencia emocional de los estudiantes, de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, grupo experimental

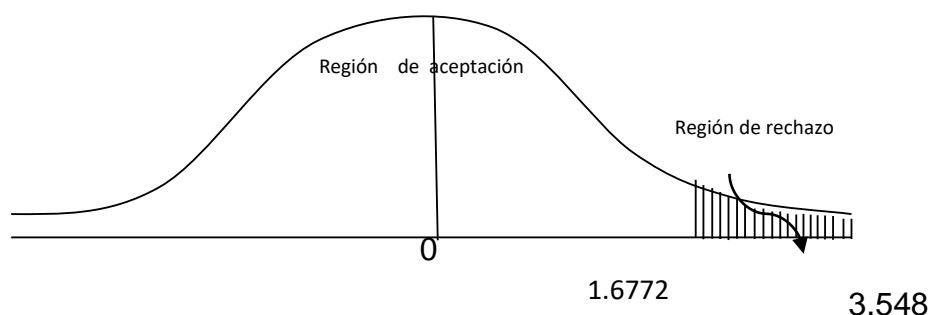
$\mu_c$ : Promedio de puntuaciones del pos test de inteligencia emocional de los estudiantes, de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, 2017, grupo control

$H_a$ : El Programa “Aprendiendo a ser Feliz” influye en la dimensión manejo del estrés del desarrollo de los estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, 2017

Tabla 17  
Resultados generales pos test en el grupo experimental y control dimensión manejo del estrés

Postest Manejo del estrés	
U de Mann-Whitney	151,500
Z	-3,548
Sig. asintót. (bilateral)	,000

Prueba estadística: U de Mann Whitney.



Toma de decisiones:

El valor de “z”= 3.548 > 1.6772, por tanto se rechaza  $H_0$  y se acepta  $H_i$ :  $\mu_1 \neq \mu_2$ , es decir, que el programa “Aprendiendo a ser Feliz” influye en el desarrollo de la

dimensión manejo del estrés de los estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao.

El Programa “Aprendiendo a ser Feliz” influye en el desarrollo de la dimensión manejo del estrés de los estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, así lo demuestran los valores de “ $z$ ”= 3.548 > 1.6772, y es significativa  $p$ -valor  $0.000 < 0.05$ .

Comprobación de hipótesis específica 5 por la diferencia de medias por U de Mann Whitney

Ho: El Programa “Aprendiendo a ser Feliz” no influye en el las dimensión estado de ánimo de los estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao.

Donde:

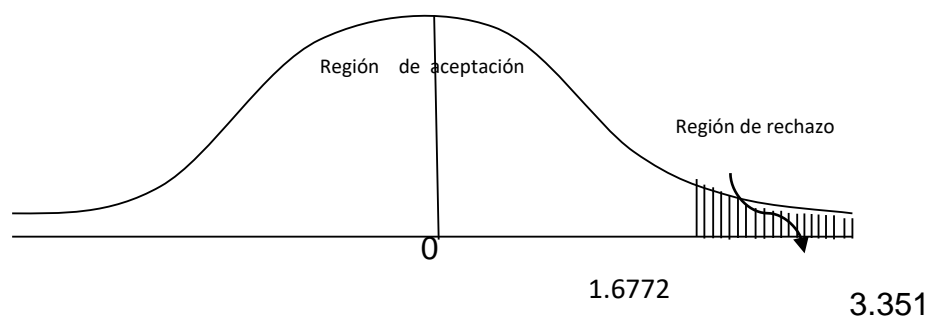
$\mu_e$ : Promedio de puntuaciones del pos test de inteligencia emocional de los estudiantes, de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, grupo experimental

$\mu_c$ : Promedio de puntuaciones del pos test de inteligencia emocional de los estudiantes, de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, grupo control  
 $H_a$ : El Programa “Aprendiendo a ser Feliz” influye en la dimensión estado de ánimo de los estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao. Tabla 17

Resultados generales pos test en el grupo experimental y control dimensión estado de ánimo

Postest Estado de Ánimo	
U de Mann-Whitney	150,500
Z	-3,351
Sig. asintót. (bilateral)	,001

Prueba estadística: U de Mann Whitney.



Toma de decisiones:

El valor de “z”= 3.351 > 1.6772, por tanto se rechaza  $H_0$  y se acepta  $H_1$ :  $\mu_1 \neq \mu_2$ , es decir, que el programa “Aprendiendo a ser Feliz” influye en el desarrollo del estado de ánimo de los estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao.

.Conclusión:

El Programa “Aprendiendo a ser Feliz” influye en el desarrollo de la dimensión estado de ánimo de los estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, así lo demuestran los valores de “z”= 3.548 > 1.6772, y es significativa p –valor  $0.000 < 0.05$ .



## **IV. Discusión**

Según los resultados obtenidos, se evidencia que el programa “Aprendiendo a ser Feliz”, en donde se desarrollaron actividades para que los estudiantes puedan ir manejando sus emociones mejoró de forma considerada el nivel alcanzado por el grupo experimental en relación al grupo control. Pues la inteligencia emocional es importante desarrollarla en toda su amplitud, ya que mayormente sólo abarcamos ámbitos educativos y dejamos de lado el desarrollo integral del niño que es lo más importante para su crecimiento integral, porque de ella se desplegará a todas las áreas de su vida.

Se pudo comprobar la hipótesis general, el Programa “Aprendiendo a ser Feliz” influye en el desarrollo de la inteligencia emocional de los estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, es decir que las estrategias y actividades desarrolladas en el programa “Aprendiendo a ser Feliz” desarrolló la inteligencia emocional de los estudiantes de primer grado así lo demuestra el valor de  $z = 2.981 > 1.6772$ , y es significativa  $p - \text{valor } 0.008 < 0.05$ .

Así mismo con respecto a la primera hipótesis específica, el Programa “Aprendiendo a ser Feliz” influye en el desarrollo de la dimensión interpersonal de la inteligencia emocional en sus dimensiones de los estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, es decir que el programa “Aprendiendo a ser Feliz” influye en el desarrollo de la dimensión interpersonal en los estudiantes de primer grado, así lo demuestran los valores de  $z = 4.261 > 1.6772$ , y es significativa  $p - \text{valor } 0.000 < 0.05$ , al respecto los resultados tienen también hay concordancia con la investigación de Porcayo (2013). Inteligencia emocional en niños. Los resultados obtenidos fueron que los niños estudiados presentan puntajes medios en todos los factores de la Inteligencia Emocional (IE) a excepción de las Habilidades Sociales pues es el puntaje más bajo, en general los niños tienen más desarrollado el factor de motivación, en cuestión de género no se encontró diferencia estadísticamente significativa por el contrario en cuestión de edades si se encontraron diferencias estadísticamente significativas ya que los niños de 10 años son quienes presentan las medias más altas en los factores de la Inteligencia Emocional mientras que los de 12 años son quienes presentan las medias más bajas en dichos factores.

Por otro lado en la segunda hipótesis específica el Programa “Aprendiendo a ser Feliz” influye en el desarrollo de la dimensión intrapersonal de la inteligencia emocional en los estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, es decir que las estrategias y actividades desarrolladas en el programa “Aprendiendo a ser Feliz” desarrolló la dimensión intrapersonal así lo demuestran los valores de  $z = 4.028 > 1.6772$ , y es significativa  $p$  –valor  $0.000 < 0.05$ , al respecto Castellano (2010), al estudiar la relación de la inteligencia emocional y la comprensión lectora en alumnos del 6° grado de primaria de la RED N° 4 del distrito del Callao, aplicando el instrumento de evaluación de Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn ICE: NA, en niños y adolescentes se comprobó que la hipótesis general es válida, encontrando relación significativa positiva débil entre la inteligencia emocional general y la comprensión lectora; de lo que se deduce que existe relación entre la capacidad de reconocer y expresar emociones personales y mantener relaciones interpersonales. Pero en cuanto a los sub componentes: Inteligencia Intrapersonal e Interpersonal, no se correlacionan de manera significativa y ni positiva con el rendimiento de la comprensión lectora ya que ello implica que no hay relación entre la capacidad de comprensión emocional de sí mismo, asertividad, auto concepto, autorrealización, independencia, habilidades empáticas, relaciones interpersonales y responsabilidad social con el rendimiento de la comprensión lectora. Teniendo en cuenta los sub componentes de adaptabilidad y manejo del estrés se ha comprobado que si existe correlación significativa positiva débil, deduciéndose que existe interrelación entre la habilidad para la solución de problemas, prueba de la realidad, flexibilidad, habilidades de tolerancia al estrés y control de los impulsos con el rendimiento de comprensión lectora.

En relación a la tercera hipótesis específica, el Programa “Aprendiendo a ser Feliz” influye en el desarrollo de la dimensión adaptabilidad de la inteligencia emocional en los estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, es decir se comprobó que el Programa “Aprendiendo a ser Feliz” influye en el desarrollo de la dimensión adaptabilidad así lo demuestran los valores de  $z = 3.788 > 1.6772$ , y es significativa  $p$  –valor  $0.000 < 0.05$ , al respecto Rendón y Parra

(2009) *Evaluación de los componentes de la inteligencia emocional en niños y niñas con dificultades de aprendizaje.*

Esto planteó la pregunta de investigación ¿Cómo se manifiestan los componentes de la Inteligencia Emocional, en niños y niñas con Dificultades de Aprendizaje y sin Dificultades de Aprendizaje, entre 8 y 11 años de edad, de Instituciones Educativas Oficiales de las comunas 1, 2, 3, y 7 de Medellín? , que se guiò de acuerdo con los objetivos centrados en analizar los componentes de la Inteligencia Emocional en niños y niñas con Dificultades de Aprendizaje y sin Dificultades de Aprendizaje, entre 8 y 11 años de edad, de Instituciones Educativas Oficiales de las comunas 1, 2, 3, y 7 de Medellín. Concluyendo: Que las hipótesis que guiaron este estudio se centraban en el hallazgo de diferencias significativas en las puntuaciones obtenidas en los componentes de la Inteligencia Emocional, es necesario reconocer que sí se hallaron diferencias significativas de los componentes entre los grupos de niños y niñas con DA y niños y niñas sin DA, dando como resultado que en el grupo de niños y niñas con DA hay que intervenir especialmente el componente de habilidades sociales y de comunicación, que se convierte en el componente de más bajo desempeño en este grupo de niños y niñas, de acuerdo con la valoración de los mismos niños y niñas, sus padres y sus maestros.

Con respecto la hipótesis, el Programa “Aprendiendo a ser Feliz” influye en el desarrollo de la dimensión manejo del estrés de la inteligencia emocional en los estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, se comprobó que el Programa “Aprendiendo a ser Feliz” influye en el desarrollo de la dimensión manejo del estrés así lo demuestran los valores de “z”= 3.548 > 1.6772, y es significativa p –valor 0.000 < 0.05.

Finalmente en la hipótesis el Programa “Aprendiendo a ser Feliz” influye en el desarrollo del estado de ánimo de la inteligencia emocional en los estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, se comprobó que el Programa “Aprendiendo a ser Feliz” influye en el desarrollo de la dimensión estado de ánimo así lo demuestran los valores de “z”= 3.548 > 1.6772, y es significativa

p –valor  $0.000 < 0.05$ , al respecto Sandoval (2008) realizó una investigación sobre *la influencia de la Inteligencia Emocional y rendimiento académico*, con el propósito de conocer el grado de relación de la inteligencia emocional y el rendimiento académico en niños de educación primaria de la I.E. N° 2055, distrito de Comas, considerándose una muestra de 240 alumnos de ambos sexos de 3° a 6° grado, se utilizó como instrumento el Inventario de Bar-On ICE NA, adaptado por Nelly Ugarriza, los resultados señalan que el rendimiento académico en comunicación y lógico matemática alcanzaron en su mayoría un rendimiento promedio, los resultados señalan que el rendimiento académico en comunicación y lógico matemática alcanzaron en su mayoría un rendimiento promedio, no existiendo relación entre la inteligencia emocional general y rendimiento académico, respecto a la inteligencia emocional, existe relación media entre el área del estrés y rendimiento académico en comunicación y lógico matemática. Existe relación débil entre las áreas de adaptabilidad y estado de ánimo y rendimiento académico; no existe relación en las áreas de intrapersonal, interpersonal y el rendimiento académico.

## **V. Conclusiones**

- Primera. El Programa “Aprendiendo a ser Feliz” influye en el desarrollo de la inteligencia emocional de los estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, 2017, comprobado con el valor de  $z = 2.981 > 1.6772$ , y es significativa  $p$  –valor  $0.008 < 0.05$ .
- Segunda. El Programa “Aprendiendo a ser feliz” influye en el desarrollo de la dimensión intrapersonal en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, 2017, comprobado con el valor de  $z = 4.216 > 1.6772$ , y es significativa  $p$  –valor  $0.000 < 0.05$ .
- Tercera. El Programa “Aprendiendo a ser feliz” influye en el desarrollo de la dimensión interpersonal en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, 2017, comprobado con el valor de  $z = 4.028 > 1.6772$ , y es significativa  $p$  –valor  $0.000 < 0.05$ .
- Cuarta. El Programa “Aprendiendo a ser feliz” influye en el desarrollo de la dimensión adaptabilidad en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, 2017, comprobado con el valor de  $z = 3.788 > 1.6772$ , y es significativa  $p$  –valor  $0.000 < 0.05$ .
- Quinta. El Programa “Aprendiendo a ser feliz” influye en el desarrollo de la dimensión manejo del estrés en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, 2017, comprobado con el valor de  $z = 3.548 > 1.6772$ , y es significativa  $p$  –valor  $0.000 < 0.05$ .
- Sexta. El Programa “Aprendiendo a ser feliz” influye en el desarrollo de la dimensión estado de ánimo en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, 2017, comprobado con el valor de  $z = 3.351 > 1.6772$ , y es significativa  $p$  –valor  $0.000 < 0.05$ .

## **VI. Recomendaciones**



- Primera. A director de la UGEL del Callao considerar la aplicación del programa “aprendiendo a ser feliz” en todos los niveles y áreas. Para educar integralmente es necesario es necesario fomentar un amor propio y hacia los demás.
- Segunda. Al director de I.E. Privada América del Callao, asumir de forma institucional la aplicación del programa “aprendiendo a ser feliz”, especialmente y con mayor incidencia en los primeros grados pues permite mejorar el proceso de adaptabilidad haciendo que los estudiantes puedan sentirse con mayor disposición por aprender.
- Tercera. A los directivos de otras instituciones considerar la aplicación del programa “Aprendiendo a ser feliz” para contribuir de manera contundente la inteligencia emocional de sus estudiantes.
- Cuarta. A los docentes del nivel primaria, es necesario desarrollar programas como el de “aprendiendo a ser feliz” para brindar ese soporte emocional que necesitan los estudiantes desde las primeras edades.
- Quinta. A los docentes del nivel inicial, poder realizar las adaptaciones correspondientes y tener como referente el programa “Aprendiendo a ser feliz” para mejorar el estado de ánimo y la adaptabilidad de sus estudiantes.
- Sexta. A otros investigadores poder profundizar en la variable investigada por ser de suma importancia al igual que otras inteligencias

## **VII. Referencias**

- Bar-On, R. (2000) *Emotional and social intelligence. Insights from the emotional quotient inventory*. En R. Bar-On y D. Parker (Eds.) *The handbook of emotional intelligence: Theory, development assessment and application at home, school and in workplace*. (pp. 363- 388). San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.
- Bravo, C. y Navarro, J. (2009). *Psicología del desarrollo para docentes*. Madrid: Pirámide. Facultad de Educación USIL Callao 2010-2012.
- Buitrago, R (2012). *Contexto escolar e inteligencia emocional en instituciones educativas públicas del ámbito rural y urbano del departamento de Boyacá* (Colombia)
- Cabanillas, W. (2002). Modelos en inteligencia emocional: Más allá del legado de Góleman. *Revista Peruana de Psicología*.
- Casas, R. (2010). *Inteligencia emocional y habilidades cognitivas e instrumentales en alumnos del segundo y tercer grado de primaria de una institución educativa del Callao*. Tesis de Maestría no publicada. Facultad Educación. USIL Callao
- Castellano, J. (2010). *Inteligencia Emocional y Comprensión Lectora en alumnos del 6° Grado de Primaria de la RED N° 4 Distrito del Callao*. Tesis Maestría no publicada. Facultad de Educación. USIL Callao.
- Cooper, R., Sawaf, A. (1998). *La Inteligencia Emocional aplicada al liderazgo y a las organizaciones*. Nueva York: Bantam Books
- Fernández, A. (2009). *Relaciones del temperamento del niño con su ajuste rendimiento escolar a niños de 11 y 12 años de edad en una institución educativa de España*. Tesis para optar el grado de Doctor en Psicología. Universidad de Murcia.

- Gabel, R. (2005) *Documentos de trabajo N° 16: Inteligencia Emocional: Perspectivas y aplicaciones ocupacionales*. Esan.
- Gardner, H. (1983). *Frames of mind*. New York: Basic Books.
- Gardner, J. (1994). *Las Inteligencias Múltiples, Estructura de la mente*. México. Ediciones Fondo de la Cultura Económica, Carretera Picacho – Ajusco, 227. D.F.D.R.
- Góleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. Nueva York: Bantam Books.
- Griffa, M. y Moreno, J. (2005). *Claves para una Psicología del Desarrollo*. Argentina: Buenos Aires, S.A.
- López, A. (2006). *Inteligencias Múltiples. Cómo descubrirlas y Desarrollarlas*. (1ª.Ed.).
- López, O (2008). *La inteligencia emocional y las estrategias de aprendizajes como predictores del rendimiento académico en estudiantes universitarios*. [Tesis de maestría] Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- Manz., C. (2005). *Disciplina Emocional. Claves para aprender a controlar tú estado de ánimo*. España: Ediciones Paidós Ibérica, S.A.
- Márquez, C. (2002). *Aprendiendo con Inteligencia emocional del salón a la Comunidad*. Corporación RAICES. Puerto Rico: Colección Aprendiendo.
- Mercado, C. (2000). *Inteligencia emocional en estudiantes Pre - Universitarios*. Tesis para optar el título de licenciado en Psicología. Lima, Perú: Universidad Nacional Federico Villarreal.
- Palacios, V. (2010). *Inteligencia Emocional y Logro Académico en los alumnos de Educación secundaria de una institución educativa pública de Ventanilla – Callao* Tesis de Maestría no publicada. USIL. Lima – Perú.

- Porcayo, B (2013). *Inteligencia emocional en niños*. Universidad Autónoma del estado de México.
- Real Academia Española (1998). *Diccionario de la Lengua Española Edición electrónica* Versión 21.2.0. España: Espasa-Calpe, S. A.
- Rendón, M. y Parra, P. (2009) Evaluación de los componentes de la inteligencia emocional en niños y niñas con dificultades de aprendizaje.
- Salovey, P., Mayer, J. (1990). *Inteligencia Emocional. Imaginación, Conocimiento y Personalidad*, 9 (3) ,185 -211. Basic Books
- Sandoval, A. (2008). *La Influencia de la Inteligencia Emocional y el rendimiento Académico en los alumnos del 3° al 6° Grado de primaria de la Institución Educativa 2055 del distrito de Comas*. Tesis de Maestría no publicada. Universidad César Vallejo. Lima – Perú.
- Santrock, J. (2006, 2nd Edition). *Psicología de la educación*. McGrawHill: México.
- Sosa, M. (2008). *Escala Auto informada de Inteligencia Emocional* Tesis Doctoral. Universidad de Complutense de Madrid.
- Ugarriza, N. (2001). *La evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de BarOn (I - CE) en una muestra de Lima metropolitana*. Lima: Libro Amigo.

## **Anexos**

## **Anexo 1 - Artículo Científico**

### **1. TÍTULO**

Programa “Aprendiendo a ser Feliz” para desarrollar la inteligencia emocional en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, 2017

### **2. AUTORA**

Br. Huayanay Moale, Juana Beatriz.

[juana.huayanay@gmail.com](mailto:juana.huayanay@gmail.com)

I.E. Privada América del Callao

### **3. RESUMEN**

La finalidad de la presente investigación ha sido determinar la influencia del Programa “Aprendiendo a ser Feliz” para desarrollar la inteligencia emocional en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao.

La metodología utilizada se adscribe al enfoque cuantitativo, diseño cuasi experimental, se trabajó con 50 estudiantes de la Institución educativa en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, las técnica utilizada es la encuesta, instrumento adaptado del Inventario de BarOn y escala valorativa para validar la propuesta, y la confiabilidad se usó el coeficiente de fiabilidad de Alfa de Cronbach siendo 0,887 y como técnicas de análisis de datos se usó la U de Mann Whitney dos grupos para validar la hipótesis.

Los resultados obtenidos fueron que, el Programa “Aprendiendo a ser Feliz” influye en el desarrollo de la inteligencia emocional en sus dimensiones de los estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, 2017, así lo demuestran los valores de de “z”= 4.261, 4.028, 3.788, 3.548, 3.351 > 1.6772, y es significativa p –valor 0.000 < 0.05.

Como conclusión se afirma que el Programa “Aprendiendo a ser Feliz” influye en el desarrollo de la inteligencia emocional de los estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, 2017, comprobado con el valor de “z”= 2.981 > 1.6772, y es significativa p –valor 0.008 < 0.05.

### **4. PALABRAS CLAVE**

Inteligencia emocional, intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo del stress, estado de ánimo.

### **5. ABSTRACT**

The purpose is to determine the influence of the "Learning to be Happy" Program to develop emotional intelligence in first grade students of the I.E. Private America of Callao, 2017

The methodology used is ascribed to the quantitative approach, experimental type, quasi experimental design, was worked with 50 students of the educational institution in first grade students of the I.E. Private Callao America, the techniques used is observation, instrument an observation guide and scale value to validate the proposal, and reliability was used the coefficient of reliability of Cronbach's alpha being 0.887 and as techniques of data analysis were Mann Whitney U used two groups to validate the hypothesis.

The results were obtained. The "Learning to be Happy" Program influences the development of emotional intelligence in its dimensions of students in the first grade of elementary school in the I.E. Private America of Callao, 2017, is shown by the values of " $z$ " = 4,261, 4,028, 3,788, 3,548, 3,351 > 1,6772, and is significant  $p$ -value of 0.000 < 0.05.

In conclusion, it is affirmed that the "Learning to be Happy" Program influences the development of the emotional intelligence of the students of first grade of primary of the I.E. Private America of Callao, 2017, checked with the value of " $z$ " = 2.981 > 1.6772, and is significant  $p$ -value 0.008 < 0.05. Emotional intelligence, intrapersonal, interpersonal, adaptability, stress management, mood.

## 6. KEYWORDS

Emotional intelligence, intrapersonal, interpersonal, adaptability, stress management, mood.

## 7. INTRODUCCIÓN

La presente investigación se fundamenta en Góleman (1995), interpreta y resume las dos inteligencias de Gardner, llegando a lo que es la inteligencia emocional, refiriendo que es un conjunto de destrezas, actitudes, habilidades y competencias que determinan la conducta del individuo, sus reacciones, estados mentales, y que puede definirse como la capacidad para reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, de motivarnos y de manejar adecuadamente las relaciones. Por otra parte se considera, los programas destinados a favorecer los aprendizajes curriculares, puesto que considero que la Educación Infantil debe centrarse en el trabajo de hábitos, relaciones sociales, favorecer la autonomía, aspectos relacionados con el pilar de la educación emocional. También es cierto que las características propias de esta etapa, crean un marco inigualable que favorecen en gran medida el trabajo de la inteligencia emocional.

**En la presente investigación se encontraron antecedentes como los de:**

Porcayo (2013). Inteligencia emocional en niños. Universidad Autónoma del estado de México investigación tuvo como objetivo general describir la Inteligencia Emocional en niños de ambos sexos de la Escuela Primaria. En conclusión se puede identificar que los niños estudiados presentan



una buena inteligencia emocional; sin embargo, se deben desarrollar más las habilidades sociales puesto que es donde presentan puntajes más bajos.

La presente investigación concuerda con Castellano (2010), en el que indica que hay relación de la Inteligencia emocional y la comprensión lectora en alumnos del 6° grado de primaria de la RED N° 4 del distrito del Callao, aplicando el instrumento de evaluación de Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn ICE: NA, se comprobó que la hipótesis general es válida, de lo que se deduce que existe relación entre la capacidad de reconocer y expresar emociones personales y mantener relaciones interpersonales.

## 8. METODOLOGÍA

Seguendo a Sampieri (2008), El método de la investigación es hipotético deductivo, de carácter Cuantitativo, porque en la medición de resultados antes de la aplicación del programa y después de concluido este y por la transformación numérica que sufrió el nivel de la inteligencia emocional. La población fue de 101 estudiantes de primer grado del Nivel primaria Y la muestra a conveniencia del investigador.

La muestra está conformada por los 50 estudiantes de las secciones de primer grado de primaria de la I.E. Privada “América” del Callao, de los cuales se eligió por conveniencia a 26 estudiantes como grupo experimental y 24 estudiantes como grupo de control.

## 9. RESULTADOS

### Estadística Descriptiva

Tabla 6

Resultados de la inteligencia emocional por frecuencias obtenidos en los estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, 2017

NIVEL	Experimental				Control			
	Pre-Test		Post-Test		Pre-Test		Post-Test	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
EXCELENTEMENTE DESARROLLADA	0	0.00	9	34.62	1	4.17	1	4.17
MUY BIEN DESARROLLADA	1	3.85	16	61.54	3	12.50	7	29.17
BIEN DESARROLLADA	4	15.38	1	3.85	6	25.00	11	45.83
PROMEDIO	9	34.62	0	0.00	8	33.33	5	20.83
NECESITA MEJORARSE	7	26.92	0	0.00	2	8.33	0	0.00
NECESITA MEJORARSE CONSIDERABLEMENTE	5	19.23	0	0.00	1	4.17	0	0.00
MARCADEAMENTE BAJO	0	0.00	0	0.00	3	12.50	0	0.00
TOTAL	26	100.00	26	100.00	24	100.00	24	100.00

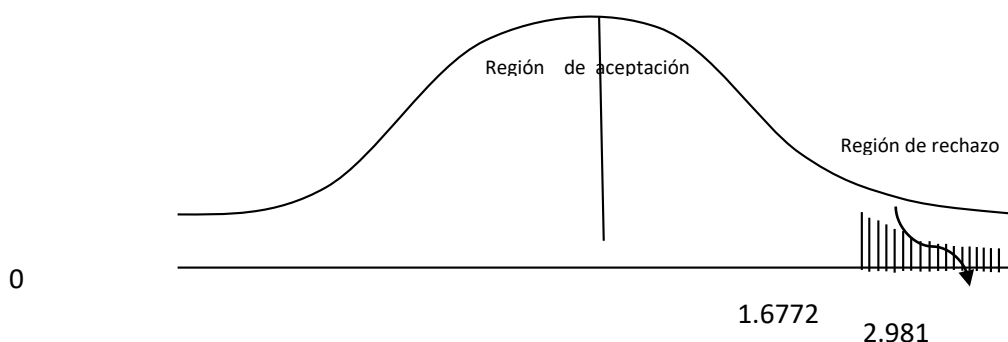
Nota: Base de datos

**Estadística Inferencial**  
**Estadísticos de contraste<sup>a</sup>**

POST INTELIGENCIA EMOCIONAL	
U de Mann-Whitney	228,000
W de Wilcoxon	528,000
Z	-2,981
Sig. asintót. (bilateral)	,008

a. Variable de agrupación: GRUPOS

Prueba estadística: U de Mann Whitney.



Toma de decisiones

El valor “z” = 2.981 > 1.6772, por tanto se rechaza  $H_0$  y se acepta  $H_i: \mu_1 \neq \mu_2$ , es decir, que el programa “Aprendiendo a ser Feliz” influye en el desarrollo de la inteligencia emocional de los estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao.

Conclusión

El Programa “Aprendiendo a ser Feliz” influye en el desarrollo de la inteligencia emocional de los estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, lo demuestra el valor de “z” = 2.981 > 1.6772, y es significativa p –valor 0.008 < 0.05.

## 10.DISCUSIÓN

A la luz de los resultados obtenidos, se evidencia que el programa “Aprendiendo a ser Feliz”, en donde se desarrollaron actividades para que los estudiantes puedan ir manejando sus emociones mejoró de forma considerada el nivel alcanzado por el grupo experimental en relación al grupo control. Pues la inteligencia emocional es importante desarrollarla en toda su amplitud, ya que mayormente sólo abarcamos ámbitos educativos y dejamos de lado el desarrollo integral del niño que es lo más importante para su crecimiento integral, porque de ella se desplegará a todas las áreas de su vida.

La presente investigación concuerda con Castellano (2010), en el que indica que hay relación de la Inteligencia emocional y la comprensión lectora en alumnos del 6° grado de primaria de la RED N° 4 del distrito del Callao, aplicando el instrumento de evaluación de Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn ICE: NA, se comprobó que la hipótesis general es válida, de lo que se deduce que existe relación entre la capacidad de reconocer y expresar emociones personales y mantener relaciones interpersonales.

También hay concordancia con la investigación de Porcayo (2013). Inteligencia emocional en niños. Los resultados obtenidos fueron que los niños estudiados presentan puntajes medios en todos los factores de la Inteligencia Emocional (IE) a excepción de las Habilidades Sociales pues es el puntaje más bajo, en general los niños tienen más desarrollado el factor de motivación, en cuestión de género no se encontró diferencia estadísticamente significativa por el contrario en cuestión de edades si se encontraron diferencias estadísticamente significativas ya que los niños de 10 años son quienes presentan las medias más altas en los factores de la Inteligencia Emocional mientras que los de 12 años son quienes presentan las medias más bajas en dichos factores

## 11. CONCLUSIONES

El Programa “Aprendiendo a ser Feliz” influye en el desarrollo de la inteligencia emocional de los estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, 2017, comprobado con el valor de “ $z$ ”= 2.981 > 1.6772, y es significativa  $p$  –valor 0.008 < 0.05.

El Programa “Aprendiendo a ser feliz” influye para desarrollar significativamente en la dimensión intrapersonal en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, 2017, comprobado con el valor de “ $z$ ”= 4.216 > 1.6772, y es significativa  $p$  –valor 0.000 < 0.05.

El Programa “Aprendiendo a ser feliz” influye para desarrollar significativamente en la dimensión interpersonal en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, 2017, comprobado con el valor de “ $z$ ”= 4.028 > 1.6772, y es significativa  $p$  –valor 0.000 < 0.05.

El Programa “Aprendiendo a ser feliz” influye para desarrollar significativamente en la dimensión de adaptabilidad en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, 2017, comprobado con el valor de “ $z$ ”= 3.788 > 1.6772, y es significativa  $p$  –valor 0.000 < 0.05.

El Programa “Aprendiendo a ser feliz” influye para desarrollar significativamente en dimensión en el Manejo de estrés en estudiantes de para desarrollar la primer grado de primaria

de la I.E. Privada América del Callao, 2017. Comprobado con el valor de  $“z” = 3.548 > 1.6772$ , y es significativa  $p - \text{valor } 0.000 < 0.05$ .

El Programa “Aprendiendo a ser feliz” influye significativamente para desarrollar la dimensión en el estado de ánimo en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, 2017, comprobado con el valor de  $“z” = 3.351 > 1.6772$ , y es significativa  $p - \text{valor } 0.000 < 0.05$ .

## 12. REFERENCIAS

Bar-On, R. (2000) *Emotional and social intelligence. Insights from the emotional quotient inventory*. En R. Bar-On y D. Parker (Eds.) *The handbook of emotional intelligence: Theory, development assessment and application at home, school and in workplace*. (pp. 363- 388). San Francisco, CA: Jossey- Bass.

Góleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. Nueva York: Bantam Books.

Porcayo, B (2013). *Inteligencia emocional en niños*. Universidad Autónoma del estado de México.

## Anexo 2 - Matriz de consistencia.

### MATRIZ DE CONSISTENCIA

**TÍTULO:** Programa “Aprendiendo a ser Feliz” para desarrollar la Inteligencia Emocional en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, 2017.

**AUTOR:** Juana Beatriz Huayanay Moale

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES E INDICADORES								
<p>Problema principal:</p> <p>¿Cuál es la influencia del Programa “Aprendiendo a ser Feliz” para desarrollar la Inteligencia Emocional en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao?</p> <p>Problemas secundarios:</p> <p>Problema Específico 1</p> <p>¿Cuál es la influencia del Programa “Aprendiendo a ser feliz” para desarrollar la dimensión intrapersonal en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao?</p> <p>Problema Específico 2</p>	<p>Objetivo general:</p> <p>Determinar la influencia del Programa “Aprendiendo a ser Feliz” para desarrollar la inteligencia emocional en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao.</p> <p>Objetivos específicos:</p> <p>-Identificar la influencia del Programa “Aprendiendo a ser Feliz” en lo intrapersonal en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao.</p> <p>-Identificar la influencia del Programa “Aprendiendo a ser Feliz” en lo interpersonal en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao.</p> <p>-Identificar la influencia del Programa “Aprendiendo a ser Feliz” en la adaptabilidad en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao.</p> <p>-Identificar la influencia del Programa “Aprendiendo a ser Feliz” en el manejo de stress en estudiantes de primer grado</p>	<p>Hipótesis general:</p> <p>El Programa “Aprendiendo a ser Feliz” influye en el desarrollo de la inteligencia emocional de los estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao.</p> <p>Hipótesis específicas:</p> <p>-El Programa “Aprendiendo a ser feliz” influye en el desarrollo de la dimensión intrapersonal en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao.</p> <p>-El Programa “Aprendiendo a ser feliz” influye en el desarrollo de la dimensión interpersonal en estudiantes de primer</p>	<p>Tabla 1 Organización de la variable independiente: El programa “Aprendiendo a ser feliz”</p> <table> <tr> <th>Programa</th><th>Estrategias</th><th>Contenidos</th><th>Sesiones de aplicación</th></tr> <tr> <td> <p>“Aprendiendo a ser Feliz”</p> <p>Es un programa orientado y dirigido a estudiantes del primer grado para mejorar su inteligencia emocional.</p> <p>Es una acción continuada, previamente planificada, encaminada a lograr objetivos, con la finalidad de satisfacer necesidades, y/o enriquecer, desarrollar o potenciar determinadas competencias. (Besquerria, 1992, p.18).</p> </td><td> <p>La metodología de trabajo en cada una de las sesiones, ha sido diseñada en tres momentos:</p> <p>1. <b>inicio:</b> Se pone énfasis en la motivación para el recojo de saberes previos, preguntas de reflexión llegando al conflicto cognitivo, así mismo se da a conocer el propósito de la sesión.</p> <p>2. <b>Proceso:</b> Desarrollo del trabajo en equipo, análisis de casos, juego de roles, diálogos y debates.</p> <p>3. <b>Cierre:</b> se realiza el proceso de la metacognición y la evaluación de la actividad desarrollada. Algunas sesiones.</p> <p>❖ Se han desarrollado teniendo en cuenta el proceso didáctico del área de Personal Social.</p> </td><td> <p><u>Competencia 1:</u></p> <p>Construye su identidad.</p> <p><u>Capacidades</u></p> <p>Se valora así mismo.</p> <p>Autorregula sus emociones.</p> <p><u>Competencia 2:</u></p> <p>Convive y participa democráticamente en la búsqueda del bien común.</p> <p><u>Capacidades:</u></p> <p>Interactúa con todas las personas.</p> <p>Construye y asume acuerdos y normas.</p> <p>Maneja conflictos de manera constructiva.</p> </td><td> <p>Aplicación de 20 sesiones de aprendizaje diseñados con el contenido respectivo del programa, cada sesión tendrá una duración de 45 minutos.</p> </td></tr> </table>	Programa	Estrategias	Contenidos	Sesiones de aplicación	<p>“Aprendiendo a ser Feliz”</p> <p>Es un programa orientado y dirigido a estudiantes del primer grado para mejorar su inteligencia emocional.</p> <p>Es una acción continuada, previamente planificada, encaminada a lograr objetivos, con la finalidad de satisfacer necesidades, y/o enriquecer, desarrollar o potenciar determinadas competencias. (Besquerria, 1992, p.18).</p>	<p>La metodología de trabajo en cada una de las sesiones, ha sido diseñada en tres momentos:</p> <p>1. <b>inicio:</b> Se pone énfasis en la motivación para el recojo de saberes previos, preguntas de reflexión llegando al conflicto cognitivo, así mismo se da a conocer el propósito de la sesión.</p> <p>2. <b>Proceso:</b> Desarrollo del trabajo en equipo, análisis de casos, juego de roles, diálogos y debates.</p> <p>3. <b>Cierre:</b> se realiza el proceso de la metacognición y la evaluación de la actividad desarrollada. Algunas sesiones.</p> <p>❖ Se han desarrollado teniendo en cuenta el proceso didáctico del área de Personal Social.</p>	<p><u>Competencia 1:</u></p> <p>Construye su identidad.</p> <p><u>Capacidades</u></p> <p>Se valora así mismo.</p> <p>Autorregula sus emociones.</p> <p><u>Competencia 2:</u></p> <p>Convive y participa democráticamente en la búsqueda del bien común.</p> <p><u>Capacidades:</u></p> <p>Interactúa con todas las personas.</p> <p>Construye y asume acuerdos y normas.</p> <p>Maneja conflictos de manera constructiva.</p>	<p>Aplicación de 20 sesiones de aprendizaje diseñados con el contenido respectivo del programa, cada sesión tendrá una duración de 45 minutos.</p>
Programa	Estrategias	Contenidos	Sesiones de aplicación								
<p>“Aprendiendo a ser Feliz”</p> <p>Es un programa orientado y dirigido a estudiantes del primer grado para mejorar su inteligencia emocional.</p> <p>Es una acción continuada, previamente planificada, encaminada a lograr objetivos, con la finalidad de satisfacer necesidades, y/o enriquecer, desarrollar o potenciar determinadas competencias. (Besquerria, 1992, p.18).</p>	<p>La metodología de trabajo en cada una de las sesiones, ha sido diseñada en tres momentos:</p> <p>1. <b>inicio:</b> Se pone énfasis en la motivación para el recojo de saberes previos, preguntas de reflexión llegando al conflicto cognitivo, así mismo se da a conocer el propósito de la sesión.</p> <p>2. <b>Proceso:</b> Desarrollo del trabajo en equipo, análisis de casos, juego de roles, diálogos y debates.</p> <p>3. <b>Cierre:</b> se realiza el proceso de la metacognición y la evaluación de la actividad desarrollada. Algunas sesiones.</p> <p>❖ Se han desarrollado teniendo en cuenta el proceso didáctico del área de Personal Social.</p>	<p><u>Competencia 1:</u></p> <p>Construye su identidad.</p> <p><u>Capacidades</u></p> <p>Se valora así mismo.</p> <p>Autorregula sus emociones.</p> <p><u>Competencia 2:</u></p> <p>Convive y participa democráticamente en la búsqueda del bien común.</p> <p><u>Capacidades:</u></p> <p>Interactúa con todas las personas.</p> <p>Construye y asume acuerdos y normas.</p> <p>Maneja conflictos de manera constructiva.</p>	<p>Aplicación de 20 sesiones de aprendizaje diseñados con el contenido respectivo del programa, cada sesión tendrá una duración de 45 minutos.</p>								

<p>¿Cuál es la influencia del Programa “Aprendiendo a ser feliz” para desarrollar la dimensión interpersonal en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao?</p> <p>Problema Específico 3</p> <p>¿Cuál es la influencia del Programa “Aprendiendo a ser feliz” para desarrollar la dimensión adaptabilidad en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao?</p> <p>Problema Específico 4</p> <p>¿Cuál es la influencia del Programa “Aprendiendo a ser feliz” para desarrollar la dimensión en el manejo de estrés en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao?</p> <p>Problema Específico 5</p> <p>¿Cuál es la influencia del Programa “Aprendiendo a ser feliz” para desarrollar la dimensión en el estado de ánimo en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao?</p>	<p>de primaria de la I.E. Privada América del Callao.</p> <p>-Identificar la influencia del Programa “Aprendiendo a ser Feliz” en el estado de ánimo en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao.</p>	<p>grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao.</p> <p>-El Programa “Aprendiendo a ser feliz” influye en el desarrollo de la dimensión de adaptabilidad en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao.</p> <p>-El Programa “Aprendiendo a ser feliz” influye en el desarrollo de la dimensión en el Manejo de estrés en estudiantes de para desarrollar la primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao.</p> <p>-El Programa “Aprendiendo a ser feliz” influye en el desarrollo de la dimensión estado de ánimo en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao.</p>	<p style="text-align: center;">. Tabla 2.</p> <p style="text-align: center;"><b>Operacionalización de la variable dependiente: Inteligencia Emocional</b></p> <table><tr><th>DIMENSIONES</th><th>INDICADORES</th><th>ITEMS</th><th>Escalas y valores</th><th>Niveles y Rangos</th></tr><tr><td>1. Interpersonal</td><td>a) Mantiene relaciones sociales satisfactoriamente.</td><td>1-5-13-17-29-31-36-39</td><td>1. Muy rara vez 2. Rara vez 3. A menudo 4. Muy a menudo</td><td>Excelentemente desarrollada 130 a +</td></tr><tr><td>2. Intrapersonal</td><td>a) Demuestra un nivel de autoestima óptimo.</td><td>2-6-10- 14-18-22-26- 38</td><td></td><td>Muy bien desarrollada 120 a 129</td></tr><tr><td>3. Adaptabilidad</td><td>a) Soluciona sus problemas en forma apropiada.</td><td>4-7-12-15-19-24- 27-34</td><td></td><td>Bien desarrollada 110 a 119</td></tr><tr><td>4. Manejo de Estrés</td><td>a) Demuestra control de sus impulsos.</td><td>9- 21-25- 30-32-33-35-40</td><td></td><td>promedio 90 a 109  Necesita mejorarse 80 a 89</td></tr><tr><td>5. Estado de Ánimo.</td><td>a) Mantiene una actitud positiva.</td><td>3-8- 11- 16-20-23- 28-37</td><td></td><td>Necesita mejorarse considerablemente 70 a 79  marcadamente bajo 69</td></tr></table>	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	Escalas y valores	Niveles y Rangos	1. Interpersonal	a) Mantiene relaciones sociales satisfactoriamente.	1-5-13-17-29-31-36-39	1. Muy rara vez 2. Rara vez 3. A menudo 4. Muy a menudo	Excelentemente desarrollada 130 a +	2. Intrapersonal	a) Demuestra un nivel de autoestima óptimo.	2-6-10- 14-18-22-26- 38		Muy bien desarrollada 120 a 129	3. Adaptabilidad	a) Soluciona sus problemas en forma apropiada.	4-7-12-15-19-24- 27-34		Bien desarrollada 110 a 119	4. Manejo de Estrés	a) Demuestra control de sus impulsos.	9- 21-25- 30-32-33-35-40		promedio 90 a 109  Necesita mejorarse 80 a 89	5. Estado de Ánimo.	a) Mantiene una actitud positiva.	3-8- 11- 16-20-23- 28-37		Necesita mejorarse considerablemente 70 a 79  marcadamente bajo 69
DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	Escalas y valores	Niveles y Rangos																													
1. Interpersonal	a) Mantiene relaciones sociales satisfactoriamente.	1-5-13-17-29-31-36-39	1. Muy rara vez 2. Rara vez 3. A menudo 4. Muy a menudo	Excelentemente desarrollada 130 a +																													
2. Intrapersonal	a) Demuestra un nivel de autoestima óptimo.	2-6-10- 14-18-22-26- 38		Muy bien desarrollada 120 a 129																													
3. Adaptabilidad	a) Soluciona sus problemas en forma apropiada.	4-7-12-15-19-24- 27-34		Bien desarrollada 110 a 119																													
4. Manejo de Estrés	a) Demuestra control de sus impulsos.	9- 21-25- 30-32-33-35-40		promedio 90 a 109  Necesita mejorarse 80 a 89																													
5. Estado de Ánimo.	a) Mantiene una actitud positiva.	3-8- 11- 16-20-23- 28-37		Necesita mejorarse considerablemente 70 a 79  marcadamente bajo 69																													

<p>DISEÑO:</p> <p>La investigación cuasi experimental tiene alcances iniciales y finales.</p> <p>MÉTODO: Hipotético deductivo El método empleado en esta investigación es el cuantitativo que usa la recolección de datos para probar hipótesis, con base en la medición numérica y el análisis estadístico, para establecer patrones de comportamiento y probar teorías (Hern, Fern&amp;Bap,2010)</p>			
--	--	--	--

### Anexo 3 – Constancia de aplicación



**COLEGIO AMÉRICA**  
Callao High School

ENTRAD PARA APRENDER, SALID PARA SERVIR



Bellavista, 6 de abril de 2017

Oficio Nro. 017-2017-DGCA

Señora Lic.  
Juana Huayanay M.  
Presente

**ASUNTO:** Autorización para la aplicación del "Programa Aprendiendo a ser feliz" para desarrollar la inteligencia emocional en los alumnos de primer grado del Colegio América del Callao

De nuestra consideración:

Tengo el agrado de dirigirme a usted para expresarle nuestro cordial saludo y, a su vez hacer de su conocimiento que este Despacho ha visto por conveniente AUTORIZAR el desarrollo de la aplicación del Programa de Tesis denominado: "Programa Aprendiendo a ser Feliz" para desarrollar la inteligencia emocional en los alumnos de primer grado del Colegio América del Callao.

Hago propicia la oportunidad, para expresarle mi especial consideración y estima personal.

Atentamente,

  
Guillermo Yoshikawa  
Director General





**COLEGIO AMÉRICA**  
Callao High School  
ENTRAD PARA APRENDER, SALID PARA SERVIR



### CONSTANCIA

El Director General del Colegio América del Callao, hace constar que la docente **Huayanay Moale**

**Juana Beatriz** con DNI N° 25651378, ha desarrollado las actividades propias de su Tesis:

"Programa Aprendiendo a ser Feliz", para desarrollar la inteligencia emocional en los alumnos de

primer grado de nuestro centro educativo y en las instalaciones de la institución.

Se expide la presente constancia a solicitud de la interesada y para los fines que estime conveniente.

Bellavista, 29 de mayo de 2017

Guillermo Yoshikawa T.  
Director General

## Anexo 4 - Base de Datos

### PRE TEST - GRUPO EXPERIMENTAL

Seccion 1C		D 1: INTERPERSONAL										Seccion 1C		D2: INTRAPERSONAL										Seccion 1C		D 3: ADAPTABILIDAD										Seccion 1C		D 4: MANEJO DEL ESTRÉS										Seccion 1C		D 5: ESTADO DE ANIMO										Pre Test	Resultado
Nº	Sexo	1	5	13	17	29	31	36	39	Pre Test	Nº	Sexo	2	6	10	14	18	22	26	38	Pre Test	Nº	Sexo	4	7	12	15	19	24	27	34	Pre Test	Nº	Sexo	9	21	25	30	32	33	35	40	Pre Test	Nº	Sexo	3	8	11	16	20	23	28	37	Pre Test							
1	M	3	2	1	2	4	4	2	3	21	1	M	1	1	3	1	1	4	1	2	14	1	M	2	2	1	2	2	1	2	3	15	1	M	1	2	3	3	2	3	4	2	20	1	M	4	2	4	1	3	1	2	3	20	90	Promedio					
2	F	3	3	4	4	4	4	2	4	28	2	F	3	1	4	4	1	2	1	4	20	2	F	1	4	4	4	4	3	2	4	26	2	F	3	1	4	3	4	4	4	1	24	2	F	3	4	1	4	1	4	4	25	123	Muy bien						
3	M	2	2	2	4	1	2	3	2	18	3	M	2	3	3	3	3	3	3	3	23	3	M	1	1	4	4	1	1	4	1	17	3	M	2	4	2	4	3	4	4	3	26	3	M	3	3	1	2	3	2	3	1	18	102	Promedio					
4	F	4	2	4	4	4	1	3	2	24	4	F	3	3	3	3	2	2	2	4	22	4	F	3	1	1	1	4	1	1	1	13	4	F	4	4	3	2	1	3	2	4	23	4	F	3	2	2	2	1	3	3	3	19	101	Promedio					
5	M	4	1	1	1	1	1	1	2	12	5	M	1	3	1	2	1	1	1	1	11	5	M	2	3	2	1	3	2	2	2	17	5	M	3	3	1	3	2	1	2	1	16	5	M	2	1	3	1	2	3	1	3	16	72	Necesita					
6	M	3	4	4	4	3	4	4	2	28	6	M	4	4	1	4	2	2	2	3	3	23	6	M	4	4	2	2	3	3	3	2	23	6	M	3	3	2	4	3	2	2	2	21	6	M	4	4	2	4	4	3	2	3	26	121	Muy bien				
7	F	1	1	4	1	4	1	3	2	17	7	F	3	1	4	3	3	1	3	1	19	7	F	1	2	1	1	1	1	2	3	12	7	F	4	4	2	1	2	4	2	1	20	7	F	2	3	3	4	3	4	3	2	24	92	Promedio					
8	F	1	2	2	1	2	1	1	1	11	8	F	3	2	1	1	1	4	3	1	16	8	F	1	1	1	2	1	3	1	1	11	8	F	2	1	1	3	3	3	2	1	16	8	F	2	3	2	3	2	1	3	1	17	71	Necesita					
9	F	1	3	4	2	2	1	3	4	20	9	F	3	2	2	2	2	3	2	3	19	9	F	2	3	3	3	2	1	2	2	18	9	F	3	3	1	3	2	3	3	1	19	9	F	2	3	2	3	3	1	3	2	19	95	Promedio					
10	M	4	1	1	1	1	1	1	1	11	10	M	1	2	3	4	1	2	3	3	19	10	M	4	1	1	4	2	1	2	1	16	10	M	3	1	1	3	2	1	3	1	15	10	M	2	4	2	4	1	1	1	3	18	79	Necesita					
11	M	3	1	1	1	1	1	1	3	14	11	M	1	3	2	1	1	3	1	3	15	11	M	4	1	3	2	1	1	3	2	17	11	M	3	2	2	1	1	2	2	2	15	11	M	2	2	3	1	1	1	2	1	13	74	Necesita					
12	M	4	1	1	1	2	4	4	2	19	12	M	2	1	1	2	4	3	1	4	18	12	M	1	3	2	1	3	1	3	1	15	12	M	2	1	1	1	3	1	1	4	14	12	M	1	4	4	3	4	2	4	1	23	89	Necesita					
13	F	4	2	4	4	2	3	3	1	23	13	F	3	1	1	1	2	4	1	4	17	13	F	1	3	4	1	4	3	3	4	23	13	F	3	3	4	4	4	1	4	2	25	13	F	2	1	2	4	2	1	4	2	18	106	Promedio					
14	M	3	2	4	4	3	1	2	2	21	14	M	2	1	2	2	1	1	1	2	12	14	M	2	2	2	2	3	2	1	1	15	14	M	1	2	1	1	2	1	3	1	12	14	M	1	3	3	1	1	4	1	1	15	75	Necesita					
15	F	1	1	1	1	1	1	1	1	8	15	F	1	1	1	1	1	1	4	4	14	15	F	1	1	1	1	1	2	4	4	15	15	F	1	1	2	4	4	4	4	4	24	15	F	1	1	1	1	1	1	4	4	14	75	Necesita					
16	F	3	3	3	3	1	4	1	3	21	16	F	2	4	3	2	3	3	1	1	19	16	F	1	2	4	4	1	1	2	3	18	16	F	1	2	2	3	1	2	2	1	14	16	F	4	3	2	1	4	1	3	4	22	94	Promedio					
17	F	2	4	1	2	2	1	2	3	17	17	F	1	3	4	3	4	1	3	2	21	17	F	2	2	3	3	3	1	2	1	17	17	F	2	3	4	3	3	2	3	1	21	17	F	2	1	2	2	1	2	4	3	17	93	Promedio					
18	M	3	1	3	3	4	1	3	1	19	18	M	1	1	4	4	4	2	1	2	19	18	M	2	3	1	3	2	1	1	1	14	18	M	2	1	1	2	1	3	2	1	13	18	M	1	1	2	1	1	1	2	1	10	75	Necesita					
19	F	2	3	2	2	3	4	1	4	21	19	F	4	4	3	3	3	1	3	2	23	19	F	2	3	4	1	1	3	2	3	19	19	F	2	4	1	3	1	2	4	3	20	19	F	1	1	1	4	3	3	1	3	17	100	Promedio					
20	F	3	3	2	4	4	2	4	2	24	20	F	3	2	1	3	2	2	2	4	19	20	F	2	3	4	1	3	2	4	3	22	20	F	3	4	3	3	4	3	3	2	25	20	F	3	3	4	4	1	3	3	4	25	115	Bien des.					
21	F	4	3	1	2	4	1	2	2	19	21	F	1	3	1	4	1	3	1	3	17	21	F	3	2	2	4	4	2	3	3	23	21	F	2	3	1	3	1	1	2	1	14	21	F	4	3	3	3	1	1	4	3	22	95	Promedio					
22	F	3	4	4	4	3	1	4	2	25	22	F	4	3	4	4	4	3	1	4	27	22	F	4	3	3	3	3	3	3	3	25	22	F	3	4	3	3	3	4	3	1	24	22	F	3	4	3	4	1	4	4	3	26	127	Muy bien					
23	M	3	4	4	1	2	1	2	2	19	23	M	1	3	1	1	2	1	1	1	11	23	M	3	1	1	1	1	1	1	2	11	23	M	1	4	2	4	1	1	1	1	1	15	23	M	2	2	4	2	2	1	1	1	15	71	Necesita				
24	M	3	3	1	1	1	1	4	4	18	24	M	1	4	1	2	4	2	4	1	19	24	M	1	2	2	1	3	1	1	1	12	24	M	2	1	2	3	2	3	2	1	16	24	M	2	4	3	3	2	4	3	3	24	89	Necesita					
25	F	1	4	3	4	3	3	3	4	25	25	F	3	2	2	4	2	3	3	3	22	25	F	2	3	4	1	3	2	1	3	19	25	F	4	2	3	3	3	4	3	3	25	25	F	1	1	3	4	4	4	3	3	23	114	Bien des.					
26	M	2	1	2	3	1	1	3	2	15	26	M	3	1	4	1	3	1	1	2	16	26	M	1	1	3	1	1	1	2	2	12	26	M	1	1	1	1	3	3	3	2	15	26	M	3	1	3	1	2	1	2	2	15	73	Necesita					

130 a +	: Excelente desarrollada
120 a 129	: Muy bien desarrollada
110 a 119	: Bien desarrollada
90 a 109	: Promedio
80 a 89	: Necesita mejorarse
70 a 79	: Necesita mejorarse considerablemente
69 a -	: Marcadamente bajo

[illegible]

### PRE TEST - GRUPO CONTROL

Sección 1D		D 1: INTELIGENCIA PERSONAL									Sección 1D		D 2: INTRAPERSONAL									Sección 1D		D 3: ADAPTABILIDAD									Sección 1D		D 4: MANEJO DEL ESTRÉS									Sección 1D		D 5: ESTADO DE ANIMO									Total Pre Test	Resultado																												
Nº	Sexo	1	5	13	17	29	31	36	39	Pre Test	Nº	Sexo	2	6	10	14	18	22	26	38	Pre Test	Nº	Sexo	4	7	12	15	19	24	27	34	Pre Test	Nº	Sexo	9	21	25	30	32	33	35	40	Pre Test	Nº	Sexo	3	8	11	16	20	23	28	37	Pre Test																														
1	F	3	3	2	3	3	1	4	4	23	1	F	4	3	2	2	3	3	1	4	22	1	F	3	1	3	2	2	1	3	4	19	1	F	2	3	1	3	3	4	2	4	22	1	F	3	2	3	3	2	4	3	4	24	110	Bien des.																												
2	M	3	3	2	3	3	2	2	2	20	2	M	4	3	2	3	3	1	1	3	20	2	M	3	1	3	2	3	2	3	3	20	2	M	2	3	3	4	3	2	3	1	21	2	M	3	2	3	3	1	2	3	3	20	101	Promedio																												
3	F	3	4	3	4	3	4	4	2	27	3	F	4	4	1	4	2	3	3	3	24	3	F	4	4	2	2	3	3	3	2	23	3	F	3	3	2	4	3	2	2	2	2	21	3	F	4	4	2	4	4	3	2	3	26	121	Muy bien																											
4	F	4	4	2	4	4	2	2	4	25	4	F	1	4	3	3	3	4	1	2	21	4	F	3	3	4	4	2	1	1	4	22	4	F	3	4	1	2	4	4	4	2	24	4	F	4	4	2	2	1	2	2	4	21	113	Bien des.																												
5	M	4	4	2	4	4	4	4	2	26	5	M	3	4	3	3	2	2	3	3	23	5	M	1	3	2	2	3	4	3	3	21	5	M	4	4	4	4	2	2	2	1	23	5	M	2	2	4	4	3	2	4	4	25	118	Bien des.																												
6	M	4	2	2	4	4	4	4	4	28	6	M	4	4	4	4	2	4	1	4	27	6	M	4	2	4	2	4	4	4	4	28	6	M	4	4	4	4	4	4	4	2	30	6	M	2	4	4	4	2	4	4	1	25	138	Excelente																												
7	F	4	3	1	1	1	2	2	2	16	7	F	2	2	1	1	1	1	3	4	15	7	F	2	1	1	1	1	1	4	1	12	7	F	1	1	2	1	4	1	1	2	13	7	F	3	1	1	1	1	1	3	12	68	Marc.bajo																													
8	F	1	1	3	3	3	2	2	2	17	8	F	3	2	2	2	2	2	2	4	19	8	F	3	1	3	4	2	2	3	1	19	8	F	3	1	1	4	1	2	1	3	16	8	F	1	2	3	1	1	1	2	4	15	86	Necesita																												
9	M	1	1	1	1	1	1	1	1	8	9	M	1	1	1	1	1	1	1	1	8	9	M	1	1	1	1	1	1	1	1	8	9	M	1	1	1	1	1	1	1	1	1	8	9	M	1	1	1	1	1	1	1	8	40	Marc.bajo																												
10	M	4	1	1	4	4	1	4	1	20	10	M	4	2	1	1	1	1	1	4	15	10	M	4	1	4	1	4	4	4	1	23	10	M	1	1	2	4	1	1	4	1	15	10	M	1	4	1	4	1	1	4	4	20	93	Promedio																												
11	F	1	4	1	4	4	2	1	2	1	16	11	F	1	4	2	3	2	1	1	3	17	11	F	1	3	3	1	1	1	2	3	15	11	F	1	4	1	3	1	3	3	4	20	11	F	3	1	3	1	1	2	3	3	17	85	Necesita																											
12	M	4	4	1	4	4	1	4	1	23	12	M	4	3	4	4	4	4	1	4	28	12	M	3	3	4	1	4	4	4	4	27	12	M	4	4	4	4	4	4	4	4	32	12	M	3	1	4	4	1	4	4	4	25	135	Excelente																												
13	M	3	4	4	4	4	4	1	4	28	13	M	1	1	1	1	1	1	1	4	11	13	M	3	4	2	4	3	4	3	4	27	13	M	3	4	2	1	3	1	4	1	19	13	M	4	1	1	1	1	1	2	4	15	100	Promedio																												
14	F	4	1	1	3	4	1	1	1	16	14	F	1	2	1	4	4	4	1	2	19	14	F	4	3	3	3	2	4	2	3	24	14	F	4	3	4	4	2	4	1	1	23	14	F	3	4	4	2	1	4	3	25	107	Promedio																													
15	M	1	1	1	1	1	1	1	1	8	15	M	1	1	1	1	1	1	1	1	8	15	M	1	1	1	1	1	1	1	1	8	15	M	1	1	1	1	1	1	1	1	1	8	15	M	1	1	1	1	1	1	1	8	40	Necesita																												
16	M	4	2	1	4	4	4	1	1	21	16	M	4	1	1	1	4	4	4	4	26	16	M	4	4	3	4	1	1	1	1	19	16	M	4	4	4	4	4	1	1	4	26	16	M	2	1	3	4	3	1	1	4	19	111	Bien des.																												
17	F	4	1	2	1	1	1	1	1	12	17	F	1	2	2	1	2	1	1	1	11	17	F	1	1	1	1	1	4	1	1	11	17	F	1	1	1	1	1	1	1	1	8	17	F	1	1	1	1	1	1	1	8	50	Marc.bajo																													
18	F	4	4	2	4	4	1	4	2	25	18	F	2	1	4	3	3	1	1	4	19	18	F	1	3	4	1	1	1	4	4	19	18	F	2	2	4	4	1	4	4	1	22	18	F	3	1	4	4	1	4	4	25	110	Bien des.																													
19	M	1	2	1	3	4	2	2	2	17	19	M	1	2	1	3	1	1	4	2	15	19	M	1	1	1	3	1	4	4	4	19	19	M	3	1	4	3	3	4	3	3	24	19	M	4	2	1	3	3	3	4	3	23	98	Promedio																												
20	M	2	4	1	4	1	4	1	1	18	20	M	4	1	4	4	4	4	1	1	23	20	M	4	4	4	1	1	1	1	1	17	20	M	2	4	4	4	1	4	1	4	1	21	20	M	1	1	4	4	2	1	3	1	17	96	Promedio																											
21	M	3	3	3	4	1	1	1	1	17	21	M	4	1	2	4	1	1	1	3	17	21	M	2	3	4	2	3	3	4	4	25	21	M	1	3	4	4	4	4	3	1	24	21	M	3	1	4	4	1	4	1	4	22	105	Promedio																												
22	M	4	4	4	4	4	4	4	4	32	22	M	1	4	4	4	4	4	4	4	29	22	M	4	4	4	4	4	4	4	4	32	22	M	4	1	4	4	4	4	4	4	29	22	M	4	4	4	1	4	4	4	29	151	Excelente																													
23	F	4	2	4	4	4	1	4	4	27	23	F	4	4	1	4	4	4	1	4	26	23	F	4	4	4	1	4	4	4	29	23	F	4	4	3	4	4	1	4	4	28	23	F	4	4	4	1	4	1	4	26	136	Excelente																														
24	F	1	2	2	4	3	1	1	2	16	24	F	2	4	2	1	2	4	1	4	20	24	F	1	1	3	2	3	2	4	2	18	24	F	1	4	1	4	3	2	3	3	21	24	F	3	3	4	1	2	3	2	4	22	97	Promedio																												
		130 a + : Excelentemente desarrollada																																																																																		
		120 a 129 : Muy bien desarrollada																																																																																		
		110 a 119 : Bien desarrollada																																																																																		
		90 a 109 : Promedio																																																																																		
		80 a 89 : Necesita mejorarse																																																																																		
		70 a 79 : Necesita mejorarse considerablemente																																																																																		
		69 a - : Marcadamente bajo																																																																																		

POST TEST - GRUPO CONTROL																																																																																					
Sección 1D		D 1: INTE RPERSONAL									Sección 1D		D2: INTRAPERSONAL									Sección 1D		D 3: ADAPTABILIDAD									Sección 1D		D 4 : MANEJO DEL ESTRÉS									Sección 1D		D 5: ESTAD O DE ANIMO									Total Pre Test	Resultado																													
Nº	Sexo	1	5	13	17	29	31	36	39	Pre Test	Nº	Sexo	2	6	10	14	18	22	26	38	Pre Test	Nº	Sexo	4	7	12	15	19	24	27	34	Pre Test	Nº	Sexo	9	21	25	30	32	33	35	40	Pre Test	Nº	Sexo	3	8	11	16	20	23	28	37	Pre Test																															
1	F	4	3	4	4	4	4	4	4	28	1	F	4	2	4	4	1	4	1	4	24	1	F	2	4	4	2	4	1	4	1	22	1		F	4	4	4	4	3	4	4	1	28	1	F	3	4	4	4	4	3	4	4	30	132	Excelente																												
2	M	4	3	2	4	2	2	2	4	21	2	M	3	2	2	3	2	3	3	4	22	2	M	2	2	3	2	3	3	3	2	20	2	M	2	3	2	4	3	4	3	1	22	2	M	3	2	3	3	1	2	3	3	20	105	Promedio																													
3	F	4	3	4	4	4	4	1	3	1	24	3	F	4	1	1	4	1	4	1	4	20	3	F	1	4	4	1	4	4	4	1	23	3		F	4	4	4	4	4	4	1	29	3	F	4	1	4	4	1	4	4	4	26	122	Muy bien des.																												
4	F	4	4	4	2	4	3	4	4	29	4	F	4	4	4	4	3	1	4	4	28	4	F	4	4	4	2	4	4	4	3	29	4		F	3	4	1	2	3	3	4	4	24	4	F	4	4	4	4	4	4	4	32	142	Excelente																													
5	M	4	4	2	4	3	2	3	2	24	5	M	4	2	1	3	2	4	3	4	23	5	M	2	4	2	2	4	3	2	2	21	5	M		4	3	2	3	4	2	4	4	26	5	M	3	1	2	4	4	3	4	4	25	119	Bien des.																												
6	M	4	1	1	4	4	1	4	1	20	6	M	4	1	4	1	1	4	1	4	20	6	M	4	4	4	1	4	4	4	1	26	6	M		4	4	4	4	4	4	4	1	29	6	M	4	4	4	4	1	4	4	4	29	124	Muy bien des.																												
7	F	4	2	2	4	1	3	1	1	18	7	F	4	3	4	1	1	1	1	4	19	7	F	1	4	4	4	4	3	3	3	26	7		F	4	4	4	4	1	2	4	1	24	7	F	4	4	4	4	4	1	1	4	26	113	Bien des.																												
8	F	4	4	2	4	3	1	4	3	25	8	F	4	4	3	3	1	3	1	4	23	8	F	4	4	3	1	4	3	3	4	26	8		F	4	4	4	4	4	4	4	1	29	8	F	4	2	4	2	1	4	4	4	25	128	Muy bien des.																												
9	M	4	4	4	4	4	4	4	4	32	9	M	4	1	4	4	4	1	1	4	23	9	M	2	4	4	4	4	4	4	4	30	9	M		4	4	3	4	3	4	3	1	26	9	M	3	4	4	4	4	4	4	4	31	142	Excelente																												
10	M	4	3	1	4	4	4	4	4	28	10	M	1	4	1	4	1	4	1	3	19	10	M	1	4	4	1	4	4	4	4	26	10	M		4	1	1	4	1	4	4	1	20	10	M	3	1	4	4	4	1	1	4	22	115	Bien des.																												
11	F	4	3	1	4	4	1	4	4	25	11	F	1	4	1	4	4	1	1	4	20	11	F	4	1	4	4	1	1	4	1	20	11		F	2	3	4	4	4	1	4	4	26	11	F	1	1	4	4	4	1	4	4	23	114	Bien des.																												
12	M	4	4	4	4	4	1	5	1	27	12	M	4	3	4	4	3	4	1	4	27	12	M	4	4	4	1	4	4	4	4	29	12	M		4	4	4	4	4	4	4	4	32	12	M	3	1	4	4	1	1	4	4	22	137	Excelente																												
13	M	4	2	4	2	3	2	3	2	22	13	M	2	3	2	2	4	2	1	4	20	13	M	1	2	1	1	1	2	2	3	13	13	M		3	2	4	4	3	2	4	1	23	13	M	3	1	2	1	1	1	2	4	15	93	Promedio																												
14	F	4	1	1	4	3	1	4	3	21	14	F	4	4	4	3	3	4	1	4	27	14	F	4	3	4	1	1	3	3	3	22	14		F	4	4	4	4	1	4	4	4	29	14	F	3	1	3	4	1	1	3	4	20	119	Bien des.																												
15	M	4	1	1	4	4	4	4	3	25	15	M	1	4	3	1	3	4	4	4	24	15	M	4	2	3	2	3	4	4	2	24	15	M		4	1	4	4	4	3	4	4	28	15	M	1	4	4	4	4	4	4	4	29	130	Excelente																												
16	M	4	1	1	4	4	4	4	1	23	16	M	4	4	1	1	4	4	1	4	23	16	M	1	4	4	1	1	1	4	1	17	16	M		4	4	4	4	1	1	2	4	24	16	M	1	4	1	4	1	1	2	4	18	105	Promedio																												
17	F	4	3	4	4	4	2	4	3	28	17	F	2	1	2	3	3	2	3	4	20	17	F	2	3	3	4	2	2	2	3	21	17		F	4	3	1	1	3	4	2	2	20	17	F	3	3	4	2	4	3	3	4	26	115	Bien des.																												
18	F	4	3	2	4	3	1	3	1	21	18	F	3	2	4	3	2	1	1	3	19	18	F	1	4	3	1	3	3	4	3	22	18		F	3	4	3	3	3	2	4	1	23	18	F	4	1	4	4	1	4	3	4	25	110	Bien des.																												
19	M	4	3	4	4	3	3	4	2	27	19	M	1	4	1	1	1	4	1	4	17	19	M	1	2	3	1	3	3	2	1	16	19	M		3	4	4	4	3	3	4	1	26	19	M	4	3	4	4	4	4	2	4	28	114	Bien des.																												
20	M	4	4	1	4	4	1	4	1	23	20	M	4	1	1	4	1	4	1	4	20	20	M	1	4	1	1	4	4	4	4	23	20	M		4	4	4	4	4	1	4	2	27	20	M	4	4	4	1	1	1	4	4	23	116	Bien des.																												
21	M	2	3	2	4	3	1	4	1	20	21	M	4	1	1	3	2	1	1	3	16	21	M	1	3	4	2	3	3	3	4	23	21	M		1	3	3	3	3	4	3	4	24	21	M	3	2	3	4	1	2	2	4	21	104	Promedio																												
22	M	4	4	4	4	4	4	4	4	32	22	M	4	4	4	4	4	4	4	4	32	22	M	4	4	4	4	4	4	4	4	32	22	M		4	4	4	4	4	4	4	4	32	22	M	4	4	4	4	4	4	4	32	160	Excelente																													
23	F	4	4	4	4	4	1	4	4	29	23	F	4	4	1	4	4	4	1	4	26	23	F	4	4	4	2	4	4	4	4	30	23		F	4	4	4	4	2	1	4	1	24	23	F	4	1	4	4	1	4	4	4	26	135	Excelente																												
24	F	3	2	1	4	4	1	1	1	17	24	F	3	1	2	2	1	3	1	4	17	24	F	1	4	4	3	3	3	4	2	24	24		F	4	4	4	4	2	3	3	2	26	24	F	3	1	4	4	1	1	3	4	21	105	Promedio																												
																										90 a 109		: Promedio																																																									
																										130 a +		: Excelentemente desarrollada																												80 a 89		: Necesita mejorarse																											
																										120 a 129		: Muy bien desarrollada																												70 a 79		: Necesita mejorarse considerablemente																											
																										110 a 119		: Bien desarrollada																												69 a -		: Marcadamente bajo																											

### **Anexo 5 – Ficha Técnica**

Nombre original	: EQi- YV Baron Emotional Quotient Inventory
Autor	: Reuven BarOn
Procedencia	: Toronto –Canadá
Adaptación Peruana	: Nelly Ugarriza Chávez y Liz Pajares
Criterio de Adaptación	: Para determinar los niveles de inteligencia emocional se modificaron las opciones de respuesta a 4 escalas ( 4 = muy a menudo, 3= a menudo, 2 = rara vez, 1 =muy rara vez)
Administración	: Individual o colectiva.
Formas	: Formas completa o abreviada.
Duración	: Sin límite de tiempo (forma completa 20 a 25 minutos aproximadamente)
Aplicación	: Niños y adolescentes entre 7 y 18 años.
Puntuación	: Calificación computarizada
Significación	: Evaluación de las habilidades emocionales y sociales.
Tipificación	: Baremos Peruanos.
Usos	: Educativo, clínico, jurídico, médico y en la investigación. Son usuarios potenciales aquellos profesionales que se desempeñan como psicólogos, psiquiatras, médicos trabajadores sociales, consejeros, tutores y orientadores vocacionales
Materiales	: Un disquete que contiene: Cuestionarios de la forma completa, calificación computarizada y perfiles.

## Validación y confiabilidad del instrumento.

### Validez

Para el requisito de validez se sometió al juicio de expertos, que atendiendo a lo expresado por Hernández et al. (2006) es el grado en que aparentemente un instrumento mide la variable en cuestión, de acuerdo con “voces calificadas”, es decir, mediante la evaluación del instrumento ante expertos.

El presente instrumento ha sido sometido al juicio de expertos para validar su contenido, indicando pertinencia, relevancia y claridad.

Nombres y apellidos	DNI	Resultados
Mgtr. Garay Valle, Claudia Olga	41512959	Existe suficiencia
Mgtr. Prínque del Maz, Gabriela Aida	25595145	Existe suficiencia
Mgtr. María del Pilar Pedraza Tipacti	25663128	Existe suficiencia
Mgtr. Huertas Caldas, Leopoldo Luperio	25764106	Existe suficiencia

### Confiabilidad

Para la confiabilidad del cuestionario, se aplicó un estudio piloto, a los estudiantes de primer grado, quienes participarían en el programa. La confiabilidad del cuestionario, se obtuvo mediante el Coeficiente de Alfa de Cronbach.

Tabla 6

*Coeficiente de Alfa de Cronbach instrumento cuestionario de emprendimiento.*

Alfa de Cronbach	N de elementos
0,887	40

Nota: La fuente se obtuvo de los resultados de la prueba piloto.

Por lo tanto, y de acuerdo con los resultados obtenidos de la confiabilidad del instrumento por el Alfa de Cronbach, este goza de confiabilidad moderada.

## Anexo 6 – Instrumento



### Cuestionario para evaluar la inteligencia emocional

Autor: Mg.Nelly Ugarriza y Liz Pajares

Versión adaptada por Juana Beariz Huayanay Moale (2017)

Edad \_\_\_\_ Sexo \_\_\_\_ Año \_\_\_\_ Sección \_\_\_\_ Turno \_\_\_\_ No de orden

#### Instrucciones:

Estimado estudiante a continuación te presentamos unas preguntas con la finalidad de conocer el nivel de tu inteligencia emocional.

Recuerda no hay respuesta mala ni buena, simplemente responde lo que consideras en cada una de las preguntas.

Nombre:				Edad:				Sexo:			
Colegio:				Estatad:	( )			Particular:	( )		
Grado:				Fecha:							

INVENTARIO EMOCIONAL BarOn ICE : Niños									
<b>INSTRUCCIONES</b>									
Lee cada oración y elige la respuesta que mejor te describe, hay cuatro posibles respuestas:									
				<b>1. Muy rara vez</b>					
				<b>2. Rara vez</b>					
				<b>3. A menudo</b>					
				<b>4. Muy a menudo</b>					
Dinos cómo te sientes, piensas o actúas <b>LA MAYOR PARTE DEL TIEMPO EN LA MAYORÍA DE LUGARES.</b> Elige una, y solo una respuesta para cada oración y coloca un ASPA sobre el número que corresponde a una respuesta. Por ejemplo, si tu respuesta es "Rara vez", haz un ASPA sobre el número 2 en la misma línea de la oración. Esto no es un examen; no existe ninguna respuesta malas. Por favor haz un ASPA en la respuesta de cada oración.									
					Muy rara vez	Rara vez	A menudo	Muy a menudo	
1	Me siento contento cuando me divierto.								
2	Me preocupo por lo que le pueda pasar a las demás personas.								
3	Pienso que las cosas que hago salen bien.								
4	Puedo hablar con facilidad sobre lo que siento.								
5	Sé que las cosas saldrán bien.								
6	Puedo decir con facilidad lo que siento.								
7	Me gusta hacer cosas para los demás.								
8	No molesto fácilmente.								
9	Comprendo con facilidad como se sienten mis compañeros.								
10	Me es difícil controlar mi cólera.								
11	Me doy cuenta cuando mi compañero está triste.								



12	Respeto a los demás sin ningún problema.						
13	Pienso que todas las personas son buenas.						
14	Comprendo las preguntas aun siendo difíciles.						
15	Tengo mal humor.						
16	Puedo utilizar varias formas para resolver los problemas.						
17	Soy un niño feliz.						
18	Se me hace fácil decirle a la gente como me siento.						
19	Frente a preguntas difíciles, intento usar varias formas de responder.						
20	Me molesto demasiado de cualquier cosa.						
21	Espero buenas cosas.						
22	Trato de no lastimarlos sentimientos de mis compañeros.						
23	Nada me molesta.						
24	Puedo tener muchas maneras de responder una pregunta difícil, cuando yo quiero.						
25	Me siento seguro de mí mismo.						
26	Peleo con mis compañeros.						
27	Frente a un problema no me desanimo hasta que lo resuelvo.						
28	Puedo dar buenas respuestas ante preguntas difíciles.						
29	Sé que hacer para divertirme.						
30	Debo decir la verdad.						
31	Fácilmente me molesto.						
32	Me siento bien conmigo mismo.						
33	Puedo estar calmado aun cuando estoy molesto.						
34	Me agradan todas las personas que conozco.						
35	Sé como mantenerme tranquilo.						
36	Se me hace fácil comprender nuevas cosas.						
37	Tener amigos es importante.						
38	Me gusta sonreír.						
39	Es difícil hablar de mis sentimientos más profundos.						
40	No me siento feliz.						



## DEFINICIÓN CONCEPTUAL DE LAS VARIABLES Y DIMENSIONES:

### Variables:

- **Variable Independiente:** Programa Aprendiendo a ser Feliz.

Un programa es una propuesta educativa orientadora que describe el entorno personal y/o social de los estudiantes a los que se dirige. (Álvarez y Hernández, 1998)

El "Programa de Inteligencia Emocional: "Aprendiendo a ser feliz" (6 a 7 años)" es un programa dirigido a los estudiantes y maestros de Educación Primaria, cuyo propósito general es desarrollar aspectos relacionados con inteligencia emocional

-**Variable Dependiente:** Inteligencia emocional

Góleman (1995), interpreta y resume las dos inteligencias de Gardner, llegando a lo que es la inteligencia emocional, refiriendo que es un conjunto de destrezas, actitudes, habilidades y competencias que determinan la conducta del individuo, sus reacciones, estados mentales, y que puede definirse como la capacidad para reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, de motivarnos y de manejar adecuadamente las relaciones.

### Dimensiones de las variables:

BarOn (1997); cit. por Ugarriza (2001) define la inteligencia emocional como un conjunto de habilidades personales, emocionales y sociales y de destrezas que influyen en nuestra habilidad para adaptarse y enfrentar a las demandas y presiones del medio. Dicha habilidad se basa en la capacidad del individuo de ser consciente, comprender, controlar y expresar sus emociones de manera efectiva.

#### Dimensión 1: Intrapersonal

- Comprensión emocional de sí mismo
- Asertividad
- Auto concepto
- Auto realización
- Independencia

#### Dimensión 2: Interpersonal

- Empatía
- Relaciones interpersonales
- Responsabilidad social

#### Dimensión 3: Adaptabilidad

- Solución de problemas
- Prueba de la realidad
- Flexibilidad

Dimensión 4: Manejo de Estrés

- Tolerancia a la tensión.
- Control de los impulsos.

Dimensión 5: Animo en general

- Felicidad
- Optimismo

Dimensiones	indicadores	ítems	Niveles o rangos
Interpersonal	Mantiene relaciones sociales satisfactoriamente.	1-5-13-17-29-31-36-39	130 a + Excelentemente Desarrollada.  120 a 129 Muy bien Desarrollada
Intrapersonal	Demuestra un nivel de Autoestima óptimo.	2-6-10- 14-18- 22-26- 38	110 a 119 Bien desarrollada  90 a 109 Promedio
Adaptabilidad	Soluciona sus problemas en forma apropiada.	4-7-12-15-19- 24- 27-34	80 a 89 Necesita mejorarse
Manejo de Estrés	Demuestra control de sus impulsos.	9- 21-25- 30-32-33-35-40	70 a 79 Necesita Mejorarse considerablemente.
Estado de Ánimo.	Mantiene una actitud positiva	3-8- 11- 16-20-23- 28-37	Marcadamente bajo

Fuente: Elaboración propia.



**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.**

Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
	DIMENSIÓN 1 Interpersonal	Si	No	Si	No	Si	No	
1	1.- Me siento contento cuando me divierto.	✓		✓		✓		
2	5.- Me preocupo por lo que le pueda pasar a las demás personas.	✓		✓		✓		
3	13.- Pienso que las cosas que hago salen bien.	✓		✓		✓		
4	17.- Puedo hablar con facilidad sobre lo que siento.	✓		✓		✓		
5	29.- Sé que las cosas saldrán bien.	✓		✓		✓		
6	31.- Puedo decir con facilidad lo que siento.	✓		✓		✓		
7	36. Me gusta hacer cosas para los demás.	✓		✓		✓		
8	39. No molesto fácilmente.	✓		✓		✓		
	DIMENSIÓN 2 Intrapersonal	Si	No	Si	No	Si	No	
1	2. Comprendo con facilidad como se sienten mis compañeros.	✓		✓		✓		
2	6. Me es difícil controlar mi cólera.	✓		✓		✓		
3	10. Me doy cuenta cuando mi compañero está triste.	✓		✓		✓		
4	14. Respeto a los demás sin ningún problema.	✓		✓		✓		
5	18. Pienso que todas las personas son buenas.	✓		✓		✓		
6	22. Comprendo las preguntas aun siendo difíciles.	✓		✓		✓		
7	26. Tengo mal humor. cuando	✓		✓		✓		(Muy amplia - general)
8	38. Puedo utilizar varias formas para resolver los problemas.	✓		✓		✓		
	DIMENSIÓN 3 Adaptabilidad	Si	No	Si	No	Si	No	
1	4. Soy un niño feliz	✓		✓		✓		
2	7. Se me hace fácil decirle a la gente como me siento.	✓		✓		✓		
3	12. Frente a preguntas difíciles, intento usar varias formas de responder.	✓		✓		✓		
4	15. Me molesto demasiado de cualquier cosa.	✓		✓		✓		
5	19. Espero buenas cosas. *	✓		✓		✓		

6	24. Trato de no lastimar los sentimientos de mis compañeros.	✓		✓		✓		
7	27. Nada me molesta.	✓		✓		✓		
8	34. Puedo tener muchas maneras de responder una pregunta difícil, cuando yo quiero.	✓		✓		✓		
<b>DIMENSION 4 Manejo de Estrés</b>		<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	
1	9. Me siento seguro de mí mismo.	✓		✓		✓		
2	21. Peleo con mis compañeros.	✓		✓		✓		
3	25. Frente a un problema no me desanimo hasta que lo resuelvo.	✓		✓		✓		
4	30. Puedo dar buenas respuestas ante preguntas difíciles.	✓		✓		✓		
5	32. Sé que hacer para divertirme.	✓		✓		✓		
6	33. Debo decir la verdad.	✓		✓		✓		
7	35. Fácilmente me molesto.	✓		✓		✓		
8	40. Me siento bien conmigo mismo.	✓		✓		✓		
<b>DIMENSION 5 Estado de ánimo</b>		<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	
1	3. Puedo estar calmado aun cuando estoy molesto.	✓		✓		✓		
2	8. Me agradan todas las personas que conozco.	✓		✓		✓		
3	11. Sé cómo mantenerme tranquilo.	✓		✓		✓		
4	16. Se me hace fácil comprender nuevas cosas.	✓		✓		✓		
5	20. Tener amigos es importante.	✓		✓		✓		
6	23. Me gusta sonreír.	✓		✓		✓		
7	28. Es difícil hablar de mis sentimientos más profundos.	✓		✓		✓		
8	37. No me siento muy feliz.	✓		✓		✓		

Observaciones (precisar si  
hay ciencia): \_\_\_\_\_

Opinión de aplicabilidad:      Aplicable ☒      Aplicable después de corregir [ ]      No aplicable [ ]

Apellidos y nombres del juez validador. Dr/ Mg: Claudia Olga Garay Valle

DNI: 41512959

Especialidad del  
validador: Magister en psicopedagogía

<sup>1</sup>Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

<sup>2</sup>Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o  
dimensión específica del constructo

<sup>3</sup>Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es  
conciso, exacto y directo

**Nota:** Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados  
son suficientes para medir la dimensión

04 de 04 del 2017

  
Firma del Experto Informante.



Observaciones (precisar si

hayciencia): \_\_\_\_\_

Opinión de aplicabilidad:      Aplicable [ ☒ ]      Aplicable después de corregir [ ☐ ]      No aplicable [ ☐ ]

Apellidos y nombres del juez validador. Dr/ Mg: ..... Gabriela Aida Pringue Del Maz

DNI: ..... 25595145

Especialidad del validador: ..... Lengua Extranjera - Magister en Educación

<sup>1</sup>Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

<sup>2</sup>Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

<sup>3</sup>Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

04 de 04 del 2017

  
Firma del Experto Informante.



Observaciones (precisar si

hayciencia): \_\_\_\_\_

Opinión de aplicabilidad:    Aplicable [☒]    Aplicable después de corregir [ ]    No aplicable [ ]

Apellidos y nombres del juez validador. Dr/ Mg: HUERTA CALAN LEOPOLDO LUPERIS .....

DNI: 25764106 .....

Especialidad del  
validador: MAESTRO EN EDUCACIÓN MATEMÁTICA .....

<sup>1</sup>Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

<sup>2</sup>Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

<sup>3</sup>Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

**Nota:** Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

04 de 04 del 2017.



Firma del Experto Informante.

## **I. DENOMINACIÓN**

Programa “Aprendiendo a ser Feliz” para desarrollar la Inteligencia Emocional en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, 2017.

## **II. DATOS INFORMATIVOS**

**2.1. Ciudad** : Callao

**2.2. Institución Educativa** : Primaria

**2.3. Tipo de Gestión** : Privada.

**2.4. Turno** : Diurno

**2.5. Duración del Programa** : Semanas

**2.6. Responsable del Cronograma** : Br. Huayanay Moale, Juana Beatriz

## **III. MARCO REFERENCIAL**

Atendiendo a la fuerte demanda pública en todo el mundo para que los colegios implementen propuestas educativas efectivas que no solo fomenten el éxito académico sino que también contribuyan en la formación integral de los estudiantes y que los preparen en un futuro laboral para así ser mejores ciudadanos.

En este sentido, es importante que el desarrollo social del estudiante sea el adecuado para conocer al mundo que le rodea y establezca así las primeras

relaciones afectivas; es así, primordial el desarrollo de la inteligencia emocional en los niños, la que está plasmada a través de la autoconciencia emocional, manejo de las emociones, la lectura de emociones y el manejo de las relaciones. El buen desarrollo social en los niños le ayudará a sentirse seguro de sí mismo, a la par desarrollará valores que le ayudarán a ser aceptado en la sociedad.

La Institución Educativa Privada América del Callao desea atender a esta demanda ya que a diario tenemos que afrontar la falta de manejo de emociones, aceptación de reglas y normas, toma de decisiones, autoconciencia emocional por parte de nuestros estudiantes y padres de familia.

El informe que el Dpto. Psicopedagógico manifiesta es que los niños y niñas de la I.E. América del Callao en un 40% que vienen del nivel Inicial a primer grado reflejan una falta de inteligencia emocional para interrelacionarse con sus demás compañeros e incluso se involucran a los padres de familia que en su mayoría son parejas jóvenes o separadas o con nuevos compromisos provocando esto una inestabilidad emocional.

Motivo por el cual se elabora el presente programa para su aplicación que pueda ayudar a muchos docentes y padres de familia a conocer la influencia de la inteligencia emocional en la toma de decisiones, aceptación de reglas, autoconciencia emocional, manejo de emociones etc., contribuyendo en el desarrollo de esta inteligencia que es muy importante en la formación integral del estudiante.

## **IV. MARCO TELEOLÓGICO**

### **4.1. OBJETIVOS**

#### **4.1.1. GENERAL**

Desarrollar la Inteligencia Emocional en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, 2017.

#### **4.1.2. ESPECÍFICOS**

- ✓ Aumentar su nivel de bienestar personal.
- ✓ Convertirse en personas responsables, comprometidas y cooperadoras.
- ✓ Mejorar su calidad de vida tanto física, como emocional, en una visión a ser más felices que las generaciones anteriores

## **V. MARCO SUSTANTIVO**

El clima organizacional no solamente influye en el desarrollo de la gestión pedagógica y administrativa sino también en el proceso de aprendizaje enseñanza de la institución. Debido a ello el Programa se basa en las siguientes bases teóricas:

### **5.1. Bases Pedagógicas**

#### **5.1.1. Modelo de Inteligencia Emocional de Daniel Goleman.**

Autoconciencia (Self-awareness):

- Autoconciencia emocional: reconocimiento de nuestras emociones y sus efectos.
- Acertada auto-evaluación: conocimiento de nuestras fortalezas y limitaciones
- Auto-confianza: un fuerte sentido de nuestros méritos y capacidades.

#### Auto-dirección (Self-management):

- Autocontrol: control de nuestras emociones destructivas e impulsos.
- Fiabilidad: muestras de honestidad e integridad.
- Conciencia: muestras de responsabilidad y manejo de uno mismo.
- Adaptabilidad: flexibilidad en situaciones de cambio o ante obstáculos.
- Logro de orientación: dirección para alcanzar un estándar interno de excelencia.
- Iniciativa: prontitud para actuar.

#### Aptitudes sociales (Social awareness):

- Influencia: tácticas de influencia interpersonal.
- Comunicación: mensajes claros y convincentes.
- Manejo de conflicto: resolución de desacuerdos.
- Liderazgo: inspiración y dirección de grupos.
- Cambio catalizador: iniciación y manejos del cambio.
- Construcción de vínculos: creación de relaciones instrumentales.

#### Relaciones de dirección (Relationship management):

- Trabajo en equipo y colaboración.

- Creación de una visión compartida en el trabajo en equipo. □ Trabajo con otros hacia las metas compartidas.

### **5.1.2. Modelo de Inteligencia Emocional de Bar-On.**

Áreas de habilidades y habilidades específicas:

Escalas Intrapersonales (Intrapersonal Scale):

- Auto-conciencia emocional
- Asertividad
- Auto-evaluación
- Auto-actualización
- Independencia

Escalas Interpersonales (Interpersonal Scale):

- Relaciones Interpersonales
- Responsabilidad social
- Empatía

Escalas de adaptabilidad (Adaptability Scale):

- Resolución de problemas
- Prueba de la realidad
- Flexibilidad

Escalas de manejo del estrés (Stress Management):

- Tolerancia al estrés

- Control de impulsos

Animo general (Mood):

- Felicidad
- Optimismo

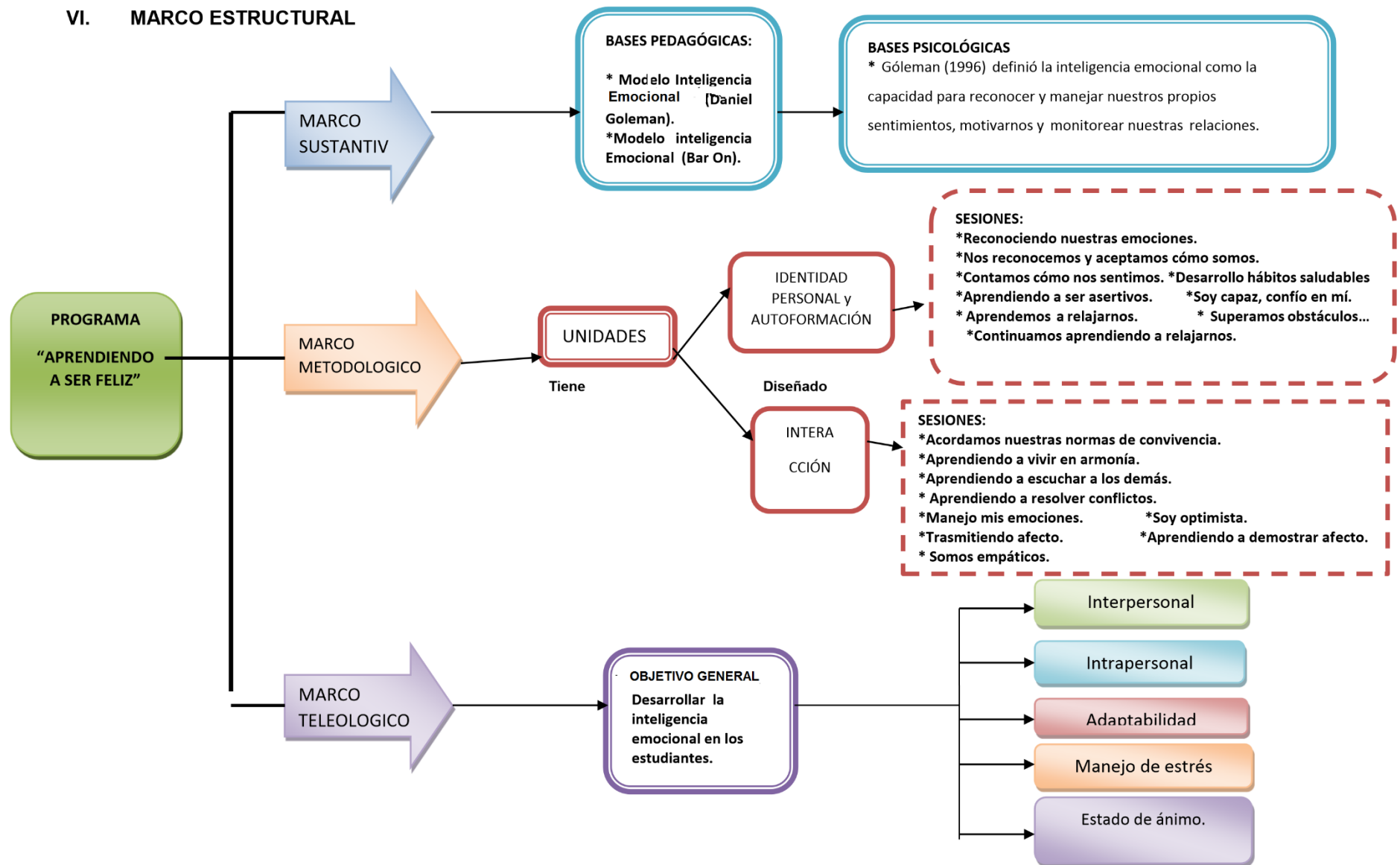
### **5.1.3. Bases Psicológicas**

Viendo la gran importancia de la inteligencia emocional en el aula para el desarrollo de las actividades; se organizó un programa para que genere un clima de armonía y respeto entre los compañeros, basándose en las siguientes teorías: Góleman (1996) definió la inteligencia emocional como la capacidad para reconocer y manejar nuestros propios sentimientos, motivarnos y monitorear nuestras relaciones.

Teoría de la inteligencia emocional

Los seres humanos poseen capacidades intelectuales y emocionales desde que empiezan su formación como ente, la cual le va a permitir superar los retos que le impone el contexto en el cual se desenvuelve desde los primeros estadios de su desarrollo, de allí, la importancia de que el intelecto y la emociones se encuentren en el sujeto de manera integral; puesto que, esto le permitirá establecer un patrón de conducta operativa, es decir, que aporte beneficios al sujeto para contribuir a su adaptación social y a su equilibrio bio psicosocial y donde la racionalidad este en concordancia con la emoción.

## VI. MARCO ESTRUCTURAL





El programa “Aprendiendo a ser feliz” como se muestra en el esquema, tiene un Marco Sustantivo pues se sustenta en Bases Pedagógicas principalmente en el modelo de Inteligencia Emocional de Daniel Goleman; así como en el modelo de Inteligencia emocional de BarOn, por otro lado en Bases Psicológicas como: Góleman (1996) definió la inteligencia emocional como la capacidad para reconocer y manejar nuestros propios sentimientos, motivarnos y monitorear nuestras relaciones.

Tiene como propósito desarrollar la Inteligencia Emocional en estudiantes de primer grado de primaria de la I.E. Privada América del Callao, 2017; con el fin de lograr que nuestros estudiantes, al finalizar su proceso de formación académica, hayan adquirido, también, competencias emocionales que les permitan:

- Aumentar su nivel de bienestar personal.
- Convertirse en personas responsables, comprometidas y cooperadoras.
- Mejorar su calidad de vida tanto física, como emocional, en una visión a ser más felices que las generaciones anteriores.

Hemos querido con este programa, dar respuesta a una serie de problemática con la que se enfrentan nuestros niños y niñas.

Para lo cual se ha planificado el desarrollado de sesiones y actividades con los estudiantes desarrollándose diversas estrategias participativas, como: estudio de casos, juegos de roles, lluvia de ideas, observación de vídeos, trabajo en equipo entre otras.

## VII. MARCO METODOLOGICO

La metodología de trabajo en cada una de las sesiones, ha sido diseñada en tres momentos el **inicio** donde básicamente se pone énfasis en la motivación para pre disponer a los participantes, recojo de saberes previos, preguntas de reflexión llegando al conflicto cognitivo, así mismo se da a conocer el propósito de la sesión y en consenso con los estudiantes se establecen las normas de convivencia a tener en cuenta en el desarrollo de cada sesión.

Luego pasamos al **proceso** se desarrolla el tema a tratar con la participación activa de los estudiantes quienes deben desarrollar a través del trabajo en equipo, análisis de casos, juego de roles, diálogos, debates para culminar en el proceso de **cierre** se realiza el proceso de la metacognición y la evaluación de la actividad desarrollada. Algunas sesiones se han desarrollado teniendo en cuenta el proceso didáctico del área de Personal Social.

Nombre de la unidad	Dimensión priorizada	Nombre de sesiones y Actividades	Tiempo/cronograma												
			Abril				Mayo				Junio				
			1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
Pre – Test.			x												
“ME VALORO Y VALORO A LOS DEMÁS PRACTICANDO CONDUCTAS ADECUADAS”	Interpersonal	1. Acordamos nuestras normas de convivencia.	x												
		2. Aprendiendo a vivir en armonía.		x											
		3. Aprendiendo a escuchar a los demás.		x											
		4. Somos empáticos.			x										
	Intrapersonal	5. Reconociendo nuestras emociones.			x										
		6. Contamos cómo nos sentimos.				x									



## VIII. MARCO ADMINISTRATIVO

### 8.1. Humanos:

- ✓ Directivos de la Institución Educativa
- ✓ Docentes que laboran en la Institución Educativa
- ✓ Administrativos que trabajan en la Institución Educativa
- ✓ Investigadora

### 8.2. Servicios:

- ✓ Fotocopias (1,000 copias)
- ✓ Internet (200 horas)
- ✓ Impresiones (100 hojas) ✓ Anillados (01)

### 1.3. Materiales:

- ✓ Retroproyector.
- ✓ Material de oficina
- ✓ Millar de papel bond, y Bulky
- ✓ Docena de lapiceros
- ✓ 2 lápices
- ✓ 3 borradores
- ✓ 2 reglas
- ✓ 4 resaltadores
- ✓ Plumones
- ✓ Cartulinas de colores ✓ Papelotes.

## IX. MARCO EVALUATIVO

**Inicio:** aplicación del pre-test; para que se lleve a cabo hay que efectuar una planificación adecuada de las diferentes dimensiones integrando dentro de ellos la realización del pre test.

**Proceso:** desarrollo de sesiones programadas.

**Salida:** aplicación del post-test.; Con la finalidad de medir la influencia del programa se utilizará un cuestionario de preguntas con respecto a las

Variables a medir, se desarrolla así dos pruebas aplicadas antes y después llamadas pre test y pos test.

**X. IMPLEMENTACIÓN DEL PROGRAMA:**

## SESIÓN Nº 01

**“ACORDAMOS NUESTRAS NORMAS DE CONVIVENCIA”**  
**(Dimensión priorizada: Interpersonal)**

### 1.- DATOS INFORMATIVOS:

- ✓ **Institución Educativa** : I.E. Privada América del Callao
- ✓ **Grado** : 1°
- ✓ **Área** : Personal Social
- ✓ **Dimensión Priorizada** : Interpersonal.
- ✓ **Docente Responsable** : Investigadora.

### 2.- PROPÓSITO:

- ✓ En esta sesión, se espera que los estudiantes participen en la elaboración de las normas de convivencia de su aula y de su cartel colocándolo en un lugar visible para evaluar diariamente su cumplimiento.

### 3.- ENFOQUE TRANSVERSAL: Orientación al bien común.

### 4.- APRENDIZAJES ESPERADOS:

COMPETENCIA	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS
Convive y participa democráticamente en la búsqueda del bien común.	Construye normas y asume acuerdos y leyes.	-Participa en la elaboración de las normas de convivencia de manera coherente.

## 5.- SECUENCIA DE LA ACTIVIDADES

MOMENTOS	ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	TIEMPO
Inicio	<p>En el grupo de clase</p> <p>Se les pide a los estudiantes que se sienten en círculo y que escuchen la situación que les leerá la docente, la cual estará escrita en un papelote.</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <p>Marta, es una profesora de primer grado de una escuela del Callao, ella está muy preocupada porque desde que han iniciado la clase observa que sus estudiantes mucho se pelean, se empujan; todos hablan al mismo tiempo, cuando tajan su lápiz, comen una fruta o galleta tiran los desperdicios al piso, cuando ella habla sus estudiantes no ponen atención.</p> <p>¿Cómo crees que se están portando los estudiantes de la profesora Marta, por qué?, ¿Qué creen que debería hacer la profesora Marta para cambiar la conducta de sus estudiantes?</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Dialogamos en base a las siguientes preguntas:          ¿Por qué estaba preocupada la profesora Marta?,          ¿Qué hacían los estudiantes? ¿Estará bien el comportamiento de los estudiantes, por qué?,          ¿estará bien empujar a los compañeros, por qué?,          ¿Qué hacen cuando la profesora habla, está bien eso? ¿Qué hacen con los desperdicios de lo que comen? ¿Suceden algunas situaciones parecidas en nuestra aula? ¿Cuáles? ¿Cómo nos sentimos cuando ocurren estas situaciones? ¿Por qué suceden estas situaciones? ¿En nuestra casa existen normas para vivir en armonía? ¿Cuáles?          ¿En el aula deberíamos tener normas? ¿Por qué?          ¿Qué es convivencia? ¿Por qué son importantes las normas para que haya una “convivencia armoniosa”?</li> <li>➤ La docente anota ideas principales en la pizarra.</li> <li>➤ Se da a conocer el propósito del día: Hoy elaboramos el cartel de nuestras normas de convivencia para convivir en armonía.</li> <li>➤ Acordamos con ellos las normas de convivencia que pondrán en práctica de acuerdo con las necesidades de la sesión.</li> </ul>	10

<b>Desarrollo</b>	<p><b>En grupo clase</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Retomamos la situación planteada en el papelote.</li> </ul> <p><b>En parejas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ En parejas les pedimos que conversen sobre la situación planteada que propongan qué hacer ante esa situación y que expliquen por qué harían eso.</li> <li>➤ Voluntarios salen a dar a conocer sus alcances.</li> </ul> <p><b>En grupo clase</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Anotamos en la pizarra ideas principales en base a las intervenciones.</li> <li>➤ Luego, dialogamos: ¿Qué haremos hoy? (leen el propósito de la sesión)</li> <li>➤ Dialogamos sobre la importancia de las normas de convivencia de nuestra aula.</li> </ul> <p><b>En parejas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ En parejas dialogan y proponen una norma que crean que se debe practicar para convivir en armonía en el aula.</li> <li>➤ La docente anota sus propuestas en la pizarra.</li> </ul> <p><b>En grupo clase</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Leemos lo escrito, luego en grupo clase elegimos las que creemos que debemos practicar.</li> <li>➤ Escribimos nuestras normas en un papelote, leemos lo escrito, reflexionamos sobre la importancia de practicarlas y lo colocamos en un lugar visible del aula.</li> <li>➤ Dialogamos acerca de los estímulos y sanciones de nuestras normas.</li> <li>➤ Reflexionamos sobre la importancia del cumplimiento de las normas propuestas, mediante la siguiente pregunta: ¿Por qué será necesario cumplir con estas normas de convivencia diariamente?</li> <li>➤ Escriben las normas del papelote en su cuaderno, le hacen un dibujo a cada norma y lo colorean.</li> <li>➤ Recordamos que diariamente evaluaremos su cumplimiento y se compromete a cumplirlas.</li> </ul>	25
-------------------	--	----



<b>Cierre</b>	➤ Preguntamos: ¿Qué hicimos hoy? ¿Cómo lo hicimos?, ¿qué aprendimos con eso?, ¿Cumplimos con el propósito del día?, ¿Por qué es importancia cumplir las normas de convivencia del aula?	10
<b>Extensión</b>	➤ Dialogan en familia sobre las normas que han elaborado en clase y la importancia de cumplirlas diariamente.	

## SESIÓN Nº 02

### **“APRENDIENDO A VIVIR EN ARMONÍA”** (Dimensión priorizada: Interpersonal)

#### **1.- DATOS INFORMATIVOS:**

- ✓ **Institución Educativa** : I.E. Privada América del Callao
- ✓ **Grado** : 1°
- ✓ **Área** : Personal Social
- ✓ **Dimensión Priorizada** : Interpersonal.
- ✓ **Docente Responsable** : Investigadora.

#### **2.- PROPÓSITO:**

- ✓ En esta sesión, se espera que los estudiantes reconozcan la importancia del respeto y el buen trato entre compañeros; pues ellos deben gozar de respeto y buen trato en la convivencia diaria en todos los espacios en que se desarrollan, principalmente en la familia y la escuela. El respeto y el buen trato contribuyen a un adecuado desarrollo emocional, psicológico y social de los niños.

#### **3.- ENFOQUE TRANSVERSAL:** Orientación al bien común.

#### **4.- APRENDIZAJES ESPERADOS:**

COMPETENCIA	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS
Convive y participa democráticamente en la búsqueda del bien común.	Maneja conflictos de manera constructiva.	Utiliza estrategias para mejorar sus conflictos de manera proactiva.

### 5.- SECUENCIA DE LA ACTIVIDADES

Momentos	Estrategias Metodológicas	Tiempo
<b>Inicio</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Recogemos sus saberes previos. Mediante las siguientes preguntas sobre el tema: ¿Qué hemos hecho la sesión anterior para convivir en armonía?, ¿las están cumpliendo?, ¿Por qué es necesario cumplirlas?, ¿Qué pasaría si en el aula o en nuestro hogar no hay normas?</li> <li>➤ Después de escucharlos recordamos la importancia de cumplir con practicar las normas de convivencia para vivir en armonía.</li> <li>➤ Conversamos también sobre la importancia de convivir en armonía con los demás, tanto en la escuela como en casa y en todos los lugares donde estemos. Preguntamos: ¿se sienten bien en el colegio?, ¿en su aula?, ¿con sus compañeros?, ¿todos se llevan bien?, ¿ha habido o han tenido conflictos (discusiones, peleas) entre compañeros, por qué?, ¿Qué creen ustedes que debemos hacer para evitar o solucionar los conflictos entre compañeros?, ¿Cómo creen ustedes que debemos actuar ante un conflicto?, ¿Creen ustedes que estaría bien reaccionar con golpes e insultos ante un desacuerdo entre compañeros?</li> </ul> <p>Escuchamos la respuesta de los niños.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ La docente anota ideas principales en la pizarra.</li> <li>➤ Se da a conocer el propósito del día: hoy aprenderemos a vivir en armonía practicando el buen trato y el respeto a los demás.</li> </ul>	10

	<p>➤ Dialogamos sobre las normas de convivencia de nuestra aula Podemos ir leyendo cada una de las normas y ayudando a que los niños comenten si están cumpliendo o no cada una.</p> <p>➤ Dialogamos ¿Qué normas de nuestra aula se relacionan con el respeto y el buen trato? Por ejemplo:</p> <p>“escuchar a los demás cuando hablan” (respeto), “pedir las cosas por favor y agradecer” (buen trato). Recordamos que las normas de convivencia son necesarias e importantes para llevarnos mejor entre todos. Les explicamos que vamos a elegir algunas de ellas para tenerlas presentes durante el trabajo de la sesión. Procuramos elegir aquellas que los niños hayan seleccionado en relación al respeto y al buen trato.</p>	
<b>Desarrollo</b>	<p><b>PROBLEMATIZACIÓN:</b></p> <p><b>En grupo clase</b></p> <p>➤ Iniciamos la sesión comentando a los niños que hoy hablaremos de algo muy importante para todos y que nos hace sentir bien: el respeto y el buen trato.</p> <p>➤ Colocamos en la pizarra dos tiras de papel de color que digan: RESPETO y BUEN TRATO, para recordar el tema del que se hablará y la importancia que tiene. ➤ Les Preguntamos a los niños: ¿qué significa respeto?, ¿qué entienden por buen trato?, ¿será lo mismo?, ¿serán importantes?, ¿por qué? Escuchamos sus respuestas.</p> <p>➤ Reforzamos las ideas que van dando y los ayudamos a orientar sus comentarios, si es necesario. Les decimos que todas sus ideas son importantes y nos ayudan a saber más del tema.</p> <p><b>En grupos de cuatro</b></p> <p>➤ Les pedimos que observen las historietas del <b>anexo 1</b> que compartan lo que ven y lo que piensan de ello.</p> <p>➤ Los ayudamos en su observación con las siguientes preguntas: ¿qué está pasando en cada historieta?, ¿cómo se comportan los niños?, ¿cómo se sentirán?,</p>	25´

¿Cuál creen que hubiera sido la mejor solución a estas situaciones?

Niña a la que no le contestaban o ignoraban	Situación 1
---	-------------

- Luego de un tiempo les decimos que van a comentar entre todos qué cosas observaron y conversaron acerca de las historietas en sus respectivos grupos.

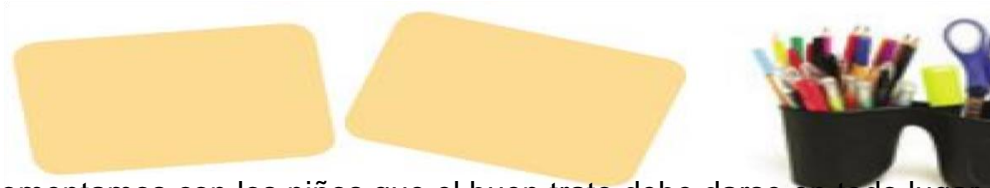
### **ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN**

#### **En grupo clase**

- Les decimos a los niños que primero vamos a observar entre todos lo que sucede en la historia 1. Preguntamos: • ¿Qué sucedía?, ¿cómo se sentirá la niña que no es escuchada?, ¿y las otras niñas?
  - Es importante conocer los sentimientos de los estudiantes, por ello preguntarles: ¿Cómo se sintieron? los ayudará a identificar sus emociones para poder trabajarlas.
- ¿Les ha pasado una cosa parecida?, ¿cómo se sintieron?, ¿lograron resolverlo de alguna manera? • ¿De qué manera creen que se puede resolver esta situación? Luego pasamos a trabajar de igual manera con la historieta 2. Primero se hace una descripción de la situación, luego se acerca a las experiencias de los niños y finalmente se exploran soluciones.
  - ¿Qué sucede?, ¿cómo se sentirá el niño que se confundió de pieza?, ¿y los otros niños?, ¿creen que pudieron decirle las cosas de otra manera?
  - ¿Les ha pasado una cosa parecida?, ¿cómo se sintieron?
  - ¿De qué manera creen que se puede resolver esta situación?
- Conversamos con los niños en torno a situaciones diarias donde se evidencie el respeto y el buen trato, o la falta de ello.
- Les decimos que seguramente alguna vez han vivido situaciones parecidas a las de las historias u otras cosas similares en el aula que les desagradan y que se pueden mejorar si las conversamos. Para ello existe el espacio de las asambleas.
- Escuchamos las cosas que dicen los niños sobre lo que no les gusta y prestamos atención cuando mencionan situaciones incómodas que los han hecho sentir mal. Una vez que los escuchamos repreguntamos: ¿cómo debemos comportarnos, o qué debemos decir para evidenciar un buen trato?
- Anotamos sus respuestas en un papelote. Recordamos que se debe escribir las ideas de los niños en positivo. Es decir, si el niño dice: “cogen mis cosas sin mi

permiso”, podemos mencionar que eso no ayuda a sentirnos bien y que debemos pedir las cosas diciendo: “por favor”. Luego es necesario agradecer al

- devolver las cosas.



- Comentamos con los niños que el buen trato debe darse en todo lugar, no solo en la escuela o la familia. Asimismo, remarcamos que tan importante como recibir un buen trato, es darlo a las personas que nos rodean.

### **En grupo clase**

- Les pedimos que abran sus libros de Personal Social en la página 24, observen las imágenes y lean sobre el uso de las palabras mágicas. Les decimos que respondan las preguntas: ¿cómo nos gusta que nos pidan las cosas?, ¿en qué situaciones debemos dar las gracias?, ¿ayudamos a nuestros amigos cuando lo necesitan?, ¿cómo nos sentimos cuando ayudamos? y ¿cómo nos sentimos cuando nos ayudan?
- Reforzamos la idea de que dar un buen trato y ayudar a los demás nos ayuda a sentirnos bien y hace que las cosas marchen mejor para todos, en un ambiente de armonía. Siempre necesitamos de los demás.

## **TOMA DE DECISIONES - REFLEXIÓN**

### **En grupos de cuatro**

Formamos grupos mixtos para favorecer la participación de niños y niñas.

Decimos que van a realizar un trabajo conjunto denominado “Sí al buen trato”, que consiste en dibujar situaciones de buen trato en la casa y en el colegio.

- Antes de empezar esta tarea deberán ponerse de acuerdo sobre qué situaciones van a dibujar, distribuirse el trabajo, ayudarse para que salga bien, compartir los materiales y decidir quién va a comentar lo trabajado. Ponerse de acuerdo es muy importante, ya que de ello dependerá que el resultado sea bueno y los niños se sientan bien en el grupo.
- Entregamos a cada grupo dos cuartos de cartulina e indicamos a sus integrantes que dibujen dos situaciones donde se dé un buen trato: una en la casa y otra en el colegio.
- Les diremos que este trabajo en equipo es una forma para poner en práctica actitudes que reflejen respeto y buen trato.

**En grupo clase**

	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Cuando hayan terminado de dibujar les pedimos que se sienten mirando a la pizarra, donde se irán colocando los dibujos de los niños conforme los vayan presentando.</li> <li>➤ Antes de que presenten sus dibujos, conversamos con los niños sobre cómo fue el trabajo al interior del grupo: ¿se pusieron de acuerdo rápidamente?, ¿durante el trabajo recordaron el darse buen trato?, ¿pasó algo que nos hizo sentir mal?, ¿cómo se resolvió?</li> <li>➤ Dialogamos con los estudiantes acerca de que el buen trato es algo que se da en la vida diaria y que muchas veces decimos o hacemos cosas que hacen sentir mal a los demás. Por eso es importante disculparnos, o ver la forma de reparar la situación, si nos damos cuenta.</li> <li>➤ Solicitamos que un representante de cada grupo cuente lo que han dibujado. Luego de ello, colocamos los dibujos en la pizarra, o en algún otro espacio destinado para ello.</li> <li>➤ Una vez que todos hayan presentado y colocado sus trabajos en el mural damos una mirada a todo e invitamos a los niños a que observen lo que cada grupo dibujó.</li> <li>➤ Recalcamos las situaciones de buen trato en el colegio.</li> <li>➤ Para terminar, les decimos a los niños que realizarán un compromiso grupal sobre el buen trato, lo escribirán en una tira de papel y lo decorarán para colocarlo en el salón, de manera que todos lo puedan revisar al final de cada día y verificar su cumplimiento. Por ejemplo:</li> </ul>	
--	---	--

	“Responderé cordialmente cuando alguien me pregunte o hable. “	
<b>Cierre</b>	➤ Finalizamos la sesión pidiendo a los niños que respondan: ¿qué aprendieron hoy?, ¿para qué nos	10´
<b>Extensión</b>	servirá dar y recibir un buen trato?, ¿Por qué será necesario tratarnos con respeto?, ¿sólo debemos practicarlo en el colegio, dónde más y cómo?  ➤ Pedimos que conversen con sus familiares sobre el buen trato, el respeto y lleguen a acuerdos para mejorar algunas actitudes y llevarse mejor entre hermanos, o entre padres e hijos.	



## SESIÓN Nº 03

**APRENDIENDO A ESCUCHAR ACTIVAMENTE A LOS DEMÁS**  
**(Dimensión priorizada: Interpersonal)**

### 1.- DATOS INFORMATIVOS:

- ✓ **Institución Educativa** : I.E. Privada América del Callao
- ✓ **Grado** : 1°
- ✓ **Área** : Personal Social
- ✓ **Dimensión Priorizada** : Interpersonal.
- ✓ **Docente Responsable** : Investigadora.

### 2.- PROPÓSITO:

- Es necesario que los estudiantes desarrollen ciertas habilidades sociales que permitan interactuar positivamente con los demás, entre ellas está el aprender a escuchar activamente a los demás ante cualquier situación antes de actuar. En esta sesión, se espera que los estudiantes aprendan a desarrollar esta habilidad.

### 3.- ENFOQUE TRANSVERSAL: Orientación al bien común.

### 4.- APRENDIZAJES ESPERADOS:

COMPETENCIA	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS
Convive y participa democráticamente en la búsqueda del bien común.	Interactúa con todas las personas.	- Escucha las opiniones de los demás mostrando un trato respetuoso e inclusivo con sus compañeros de aula .

## 5.- SECUENCIA DE ACTIVIDADES

Momentos	Estrategias Metodológicas	Tiempo
<b>Inicio</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Saludamos cordialmente a los estudiantes, se les pide que se siente en círculo.</li> <li>➤ Se repartirá tarjetas de colores a los estudiantes, para realizar la formación de grupos.</li> <li>➤ A cada equipo se le repartirá una ficha.</li> <li>➤ Observan e interpretan.</li> <li>➤ Responden a las siguientes preguntas:               ¿Qué observas en la ficha?, ¿Qué están haciendo?, ¿Qué quieren hacer?, ¿Qué hacen primero para lograr lo que quieren?, ¿después qué hacen?, ¿Luego qué hacen? ¿Finalmente qué hacen?, ¿Lograron lo que querían?, ¿Qué piensas que los ayudó?               ¿Cómo pudieron solucionar la situación que se les presentó?</li> <li>➤ Dialogan sobre el mensaje que muestra la ficha. ¿Qué mensaje creen que nos da esta ficha?, ¿Cómo debemos actuar para ponernos de acuerdo ante cualquier situación?, ¿será necesario escucharnos?, ¿Cómo nos damos cuenta que alguien nos está escuchando?</li> <li>➤ La docente anota ideas principales en la pizarra.</li> <li>➤ Se da a conocer el <b>propósito del día: Hoy aprenderemos a escuchar activamente a los demás.</b></li> <li>➤ <b>Acordamos con ellos las normas de convivencia</b> que pondrán en práctica de acuerdo con las necesidades de la sesión.</li> </ul>	10´

Desarrollo	<p><b>PROBLEMATIZACIÓN:</b></p> <p><b>En grupo clase</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Iniciamos la sesión comentando a los niños que hoy hablaremos de algo muy importante para todos y que nos ayudará a ser mejores personas.</li> <li>➤ Colocamos en la pizarra una tira de papel de color que diga: LA ESCUCHA ACTIVA, para recordar el tema del que se hablará y la importancia que tiene.</li> <li>➤ Les Preguntamos a los niños: ¿qué significa Escucha activa?, ¿qué entienden por escuchar activamente?, ¿serán importantes?, ¿por qué? Escuchamos sus respuestas.</li> <li>➤ Reforzamos las ideas que van dando y los ayudamos a orientar sus comentarios.</li> </ul> <p><b>En grupos de cuatro</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Les pedimos que observen el cuento que se les presenta en un papelote, y que luego va a ser leído por la profesora.</li> <li>➤ Pedimos que observen la imagen y que digan de qué se trata, luego leemos el título. Preguntamos: ¿por qué el cuento se llamará “La campana que rompió el silencio”?</li> <li>➤ Leemos el inicio del cuento: “Había una vez un lejano valle...”.</li> <li>➤ Luego preguntamos: ¿de qué texto se tratará?, ¿será un cuento?, ¿qué saben acerca de las campanas?, ¿de qué creen que tratará este texto?</li> <li>➤ La docente continúa leyendo el cuento. Se detiene donde se encuentra una campana (penúltimo párrafo) y pregunta: ¿qué creen que harán con la campana?</li> <li>➤ Conversamos con los estudiantes acerca del cuento y qué es lo que les gustó.</li> <li>➤ Luego, mientras cuentan, vamos intercalando algunas preguntas para situar el problema: ¿qué ocurría en ese valle?, ¿por qué se molestó el mago?, ¿qué aprendieron sus habitantes?, ¿cómo solucionaron el problema?</li> </ul>	25
------------	--	----

	<p>➤ Planteamos a los estudiantes la siguiente pregunta: <b>¿cómo podríamos hacer nosotros para aprender a escucharnos activamente?</b></p> <p>➤ Dialogan en sus respectivos grupos en base a la pregunta planteada.</p> <p>➤ Luego de un tiempo les decimos que van a comentar entre todos qué cosas observaron y conversaron acerca del cuento en sus grupos.</p> <p><b>ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN</b></p> <p><b>En grupo clase</b></p> <p>➤ Les decimos a los niños que primero vamos a observar entre todos lo que sucede en el cuento. Preguntamos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué sucedía?, ¿Qué aprendieron los pobladores de ese valle?, ¿Cómo aprendieron a escucharse los unos a los otros?</li> </ul> <p>➤ ¿alguna vez les ha pasado algo parecido?, ¿alguna vez sienten que no han sido escuchados?, ¿cómo se sintieron?, ¿lograron resolverlo de alguna manera?</p> <p>➤ Conversamos con los niños en torno a situaciones diarias donde se evidenciara la falta de escucha activa a los demás.</p> <p>➤ Les decimos que seguramente alguna vez han vivido situaciones donde no se practica la escucha activa a los demás. Sin embargo es necesario aprender a practicar la escucha activa para entendernos mejor.</p> <p>➤ Les decimos que es preciso resaltar en esta sesión la importancia de estar atentos a los sentimientos y emociones con que las personas comunican sus mensajes, En esta sesión se hace hincapié en la importancia de saber escuchar a los demás.</p> <p>➤ Conviene tener en cuenta que escuchar y comprender no significa necesariamente estar de acuerdo con lo que se escucha y con ceder ante algunas demandas que hagan los demás. Para que el proceso de escucha activa se lleve a cabo de manera efectiva es necesario</p>	
--	--	--

que empleen adecuadamente las siguientes estrategias (que se les presenta en un papelote):

**Para practicar la escucha activa es necesario:**

- 1) Dedicar un tiempo diario en exclusiva –aunque sea breve– a escuchar a los demás sin hacer otras cosas a la vez, para que puedas mirar atentamente a la persona que le habla, mantener contacto visual con la persona que nos habla y mostrar una actitud real de interés hacia ella, hacia estar con ella, y hacia lo que tengan que decir.
  - 2) Dejar hablar al otro sin interrumpir hasta que hayan dicho lo que quería decir.
  - 3) Evitar dar inmediatamente su opinión sobre lo que acaban de escuchar si no se la han pedido, evitando criticar.
- Todo ello contribuirá a desarrollar un proceso de escucha de calidad y a que los momentos de interacción entre compañeros, resulten motivadores y gratificantes para ambos, propiciando que se repitan en momentos posteriores. Cuando los procesos de escucha no se realizan de modo adecuado, es posible que el estudiante prefiera no contar sus cosas y evitar la comunicación con sus compañeros, evadiendo posiblemente la conversación con ellos también en momentos posteriores.
- Comentamos con los niños que la escucha activa debe darse en todo lugar, no solo en la escuela o la familia. Asimismo, remarcamos que tan importante como dar a conocer nuestra opinión es saber escuchar activamente, esto nos ayudará a comunicarnos mejor.

### En grupo clase

- Les repartimos una ficha para colorear sobre el tema. **(Anexo 3).**
- Luego dialogamos acerca del contenido de la ficha y reforzamos la idea de que saber escuchar activamente nos ayudará a comunicarnos mejor y a vivir en armonía.

### TOMA DE DECISIONES - REFLEXIÓN

#### En grupos de cuatro

- Se reúnen nuevamente en equipo como al inicio, observan un dibujo que se les presenta a cada equipo **(Anexo 4)** y dialogan si se está dando en esa situación La escucha activa y por qué piensan eso.
- Un representante de cada equipo sale a exponer acerca de lo que piensa el grupo.

#### En grupo clase

- Conversamos con los niños sobre cómo fue el trabajo al interior del grupo: ¿se pusieron de acuerdo rápidamente?, ¿durante el trabajo recordaron el escucharse activamente?, ¿pasó algo que nos hizo sentir mal?, ¿cómo se resolvió?
- Dialogamos con los estudiantes acerca de que la escucha activa es algo que se da en la vida diaria y que muchas veces se dan conflictos por el simple hecho de no sabernos escuchar. Por eso es importante practicar la escucha activa para comunicarnos mejor.
- Solicitamos que un representante de cada grupo de a conocer lo que piensa el grupo acerca del dibujo que les

ha tocado. Luego de ello, colocamos los dibujos en la pizarra.

- Una vez que todos hayan presentado y colocado sus trabajos en el mural damos una mirada a todo e invitamos a los niños a que observen lo que le tocó a cada grupo.
- Para terminar, les decimos a los niños que realizarán un compromiso grupal sobre practicar la escucha activa, lo escribiremos en una tira de papel, de manera que todos lo puedan revisar al final de cada día y verificar su cumplimiento. Por ejemplo:

Cuando alguien me hable lo escucharé mirándolo fijamente sin interrumpir.

#### Cierre

- Pedimos a cada estudiante que evalúe su participación en esta sesión con los siguientes indicadores: 10

Responde marcando una "X"	Sí
He participado de la sesión con agrado.	
He escuchado sin interrumpir a mis compañeros.	
He tratado bien a todos en el trabajo en grupo.	
He compartido los materiales al momento del trabajo.	

- Preguntamos: ¿Qué hicimos hoy? ¿Cómo lo hicimos?, ¿qué aprendimos con eso?, ¿Cumplimos con el propósito del día?, ¿Por qué es importante saber escuchar activamente?

#### Extensión

- Dialoga con tu familia acerca de lo que has aprendido hoy en clase.

## SESIÓN Nº 04

**“SOMOS EMPÁTICOS”**  
(Dimensión priorizada: Interpersonal)

### 1.- DATOS INFORMATIVOS:

- ✓ **Institución Educativa** : I.E. Privada América del Callao
- ✓ **Grado** : 1°
- ✓ **Área** : Personal Social
- ✓ **Dimensión Priorizada** : Interpersonal.
- ✓ **Docente Responsable** : Investigadora.

### 2.- PROPÓSITO:

- En esta sesión, se espera que los estudiantes reconozcan la importancia de ser empáticos en todos los espacios en que se desarrollan, principalmente en la familia y la escuela.

### 3.- ENFOQUE TRANSVERSAL: Orientación al bien común.

### 4.- APRENDIZAJES ESPERADOS:

COMPETENCIA	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS
Convive y participa democráticamente en la búsqueda del bien común.	Maneja conflictos de manera constructiva.	- Demuestra empatía en el trato diario con sus compañeros y al resolver conflictos.

### 5.- SECUENCIA DE LA ACTIVIDADES

Momentos	Estrategias Metodológicas	Tiempo
<b>Inicio</b>	➤ Recogemos sus saberes previos mediante una dinámica.	10´



	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Se pide la participación voluntaria de 6 personas (tres parejas) para participar en la dinámica: <b>PONERSE LOS ZAPATOS DE UNA PERSONA MAYOR.</b></li> <li>➤ La docente traerá tres pares de zapatos de personas adultas, les mostramos a los estudiantes estos zapatos y les decimos que necesitamos tres personas voluntarias para que se los ponga y caminen un ratito con esos zapatos.</li> <li>➤ Se les indica que cuando caminen deberán tener cuidado de caerse o de malograr los zapatos y que debe imaginarse que son sus zapatos.</li> <li>➤ Hablamos sobre la actividad. Cómo se realizó. Cómo se sintieron.</li> <li>➤ Responden las preguntas: ¿Cómo se sintieron con los zapatos de otra persona?, ¿les gustó sentirse como otra persona?, ¿cómo crees que se sentirá la verdadera dueña de los zapatos cuando usa sus zapatos, se sentirá como tú?, ¿entiendes a las personas mayores?, ¿ellas te entienden a ti?</li> <li>➤ Conversamos también sobre la importancia de ponernos en lugar del otro, tratando de entender sus actitudes, pensamientos y emociones Preguntamos: ¿qué es ser empático?, ¿han escuchado esa palabra?, ¿Cuándo seremos empáticos?</li> <li>➤ La docente anota ideas principales en la pizarra.</li> <li>➤ Se da a conocer el <b>propósito del día: hoy aprenderemos a ser empáticos.</b></li> </ul>	
--	--	--

Desarrollo	<p><b><u>PROBLEMATIZACIÓN:</u></b></p> <p><b>En grupo clase</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Invita a los niños y a las niñas a sentarse en media luna, de tal manera que todos puedan observar la pizarra, además de verse y escucharse entre ellos.</li> <li>➤ Les decimos que hoy verán un cortometraje <i>El cazo de Lorenzo</i>. (Escribimos el título en la pizarra). Y pegamos un dibujo, para dialogar. Lorenzo siempre lleva encima un cazo que le hace la vida muy difícil.</li> </ul> <p>El cazo de Lorenzo ESP peq, en el siguiente enlace: <a href="https://youtu.be/xQ_rbKMOzag">https://youtu.be/xQ_rbKMOzag</a></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Realizamos las siguientes preguntas: ¿cómo se llama el vídeo que vamos a ver?, ¿qué lleva siempre Lorenzo?, ¿qué es un cazo, cómo se llama acá?, ¿por qué creen que le hará la vida muy difícil?, ¿todas las personas seremos iguales?, ¿les gustaría ver el vídeo para conocer a Lorenzo?</li> <li>➤ Este recurso nos servirá muy bien para describir a las personas con dificultades y mostrar a los alumnos que la comprensión y la empatía son el mejor camino a seguir.</li> </ul> <p>El cazo de Lorenzo ESP peq, en el siguiente enlace:</p> <p><a href="https://youtu.be/xQ_rbKMOzag">https://youtu.be/xQ_rbKMOzag</a></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Escuchamos las respuestas y les pedimos que observen con detenimiento el vídeo y que luego van a comentar entre todos qué cosas observaron.</li> </ul>	25´
------------	--	-----

## ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN

### En grupo clase

- Les decimos a los niños que primero vamos a comentar entre todos lo que sucede en el cuento. Preguntamos: • ¿Les gustó el vídeo?, ¿De qué trató?, ¿Quién era Lorenzo, cómo era? ¿Qué tenía de especial Lorenzo?, ¿Cómo era su vida primero?, ¿Cómo fue después?, ¿Qué nos enseña este vídeo?, ¿Qué aprendieron de Lorenzo?, ¿Todas las personas somos iguales?, ¿Si fueras amigo de Lorenzo como lo tratarías?, ¿Si tú fueras

Lorenzo cómo te gustaría que te tratarán los demás?, ¿alguna vez les ha pasado algo parecido a Lorenzo?, ¿alguna vez sienten que no han sido tratados con comprensión y empatía por los demás?, ¿Crees que hayan a nuestro alrededor personas parecidas en algo a Lorenzo?, ¿Cómo crees que deberíamos tratar a los demás?, ¿sería bueno juzgar y criticar a los demás por cómo son, por lo que hacen o por lo que opinan?.

- Comentamos con los niños que es necesario desarrollar en nosotros la empatía, para eso primero descubriremos que es la empatía y cómo la practicamos.

### **En grupos de cuatro**

- Les pedimos que observen y que con ayuda nuestra lean una ficha que se les entrega al grupo acerca de la empatía (**Anexo 1**). Luego respondan las preguntas: ¿qué es la empatía?, ¿Cuándo somos empáticos?, ¿en qué situaciones podemos practicar la empatía?, ¿por qué será importante practicar la empatía?
- Reforzamos la idea de la importancia de practicar la empatía, para comunicarnos mejor, vivir en armonía y ser mejores personas.

### **TOMA DE DECISIONES - REFLEXIÓN**

#### **En grupos de cuatro**

Formamos grupos mixtos para favorecer la participación de niños y niñas. Decimos que van a realizar un trabajo conjunto denominado “Somos empáticos”, que consiste en dibujar situaciones donde podemos ser empáticos.

- Antes de empezar esta tarea deberán ponerse de acuerdo sobre qué situaciones van a dibujar, distribuirse el trabajo, ayudarse para que salga bien, compartir los materiales y decidir quién va a comentar lo trabajado. Ponerse de acuerdo es muy importante, ya que de ello dependerá que el resultado sea bueno y los niños se sientan bien en el grupo.
- Entregamos a cada grupo dos cuartos de cartulina e indicamos a sus integrantes que

	<p>dibujen dos situaciones donde se dé un buen trato: una en la casa y otra en el colegio.</p> <p>➤ Les diremos que este trabajo en equipo es una forma para poner en práctica actitudes que reflejen todo lo que venimos aprendiendo respeto, el buen trato y la empatía.</p> <p><b>En grupo clase</b></p> <p>➤ Cuando hayan terminado de dibujar les pedimos que se sienten mirando a la pizarra, donde se irán colocando los dibujos de los niños conforme los vayan presentando.</p> <p>➤ Antes de que presenten sus dibujos, conversamos con los niños sobre cómo fue el trabajo al interior del grupo: ¿se pusieron de acuerdo rápidamente?, ¿durante el trabajo recordaron la práctica de la empatía?, ¿pasó algo que nos permitió practicar la empatía?, ¿fueron empáticos, cómo?</p> <p>➤ Dialogamos con los estudiantes acerca de la necesidad de practicar la empatía es decir, siempre tratar de escuchar activamente a los demás para tratar de entenderlos, poniéndonos en su lugar.</p> <p>➤ Solicitamos que un representante de cada grupo cuente lo que han dibujado. Luego de ello, colocamos los dibujos en la pizarra.</p> <p>➤ Una vez que todos hayan presentado y colocado sus trabajos en el mural damos una mirada a todo e invitamos a los niños a que observen lo que cada grupo dibujó.</p>	
--	---	--

	<p>➤ Para terminar, les decimos a los niños que realicen un compromiso grupal sobre la práctica de la empatía, lo escribirán en una tira de papel de manera que todos lo puedan revisar al final de cada día y verificar su cumplimiento. Por ejemplo:</p>	
	<p><b>NOS PONEMOS EN EL LUGAR DEL OTRO.</b></p>	
<p><b>Cierre</b></p> <p><b>Extensión</b></p>	<p>➤ Finalizamos la sesión pidiendo a los niños que respondan: ¿qué aprendieron hoy?, ¿para qué nos servirá lo aprendido?, ¿Por qué será necesario ser empáticos?, ¿sólo debemos ser empáticos en el colegio, dónde más y cómo?</p> <p>➤ Pedimos que conversen con sus familiares sobre la empatía y que trabajen en familia la ficha Anexo 2.</p>	10´

**SESIÓN Nº 05**

**RECONOCIENDO NUESTRAS EMOCIONES**  
**(Dimensión priorizada: Intrapersonal)**

**1.- DATOS INFORMATIVOS:**

- ✓ **Institución Educativa** : I.E. Privada América del Callao
- ✓ **Grado** : 1°
- ✓ **Área** : Personal Social
- ✓ **Dimensión Priorizada** : Intrapersonal.
- ✓ **Docente Responsable** : Investigadora.

**2.- PROPÓSITO:**

- ✓ En esta sesión se espera que los estudiantes reconozcan sus emociones a través de diferentes actividades.

**3.- ENFOQUE TRANSVERSAL:** Orientación al bien común.**4.- APRENDIZAJES ESPERADOS:**

COMPETENCIA	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS
Construye su identidad.	Autorregula sus emociones.	Identifica algunas de sus emociones básicas (enfado, alegría, tristeza, miedo) con ayuda de otros en diversas situaciones con sinceridad.

**5.- SECUENCIA DE LA ACTIVIDADES**

Momentos	Estrategias Metodológicas	Tie mpo
<b>Inicio</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Dialogamos sobre la clase anterior.</li> <li>➤ Les presentamos diferentes caritas (<b>ANEXO 1</b>), luego conversamos con los estudiantes a partir de las siguientes preguntas: ¿Qué observan?, ¿Expresan algo esas caritas, qué?, ¿en alguna ocasión han sentido miedo o tristeza?, ¿en qué situación han sentido alegría o enojo?</li> <li>➤ Preguntamos: ¿han visto en la cara de otras personas expresiones de emoción o alegría?, ¿cómo es su rostro? (pedimos que las imiten).</li> <li>➤ La docente anota ideas principales en la pizarra.</li> <li>➤ Comunicamos <b>el propósito de la sesión: hoy identificarán y expresarán diversas emociones que sentimos y que nos acompañan en diferentes momentos de la vida.</b></li> <li>➤ Indicamos que en esta sesión pondremos en práctica las normas de convivencia relacionadas con el respeto a la opinión de los demás y el saber escuchar, colocamos estas normas en un lugar visible.</li> </ul>	10´
<b>Desarrollo</b>	<div data-bbox="381 1317 842 1357" style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;"> <b>PROBLEMATIZACIÓN:</b> </div>	25´



### En grupo clase

- Invitamos a los estudiantes a sentarse formando un círculo, de tal manera que todos puedan verse y escucharse.
- Comentamos que jugarán a expresar emociones con el rostro. Primero, pedimos que recuerden algo que los haya hecho sentirse tristes y pongan cara de tristeza. Luego, solicitamos que recuerden un hecho que los haya puesto muy alegres y que expresen en su rostro la felicidad que sintieron. Agradece a todos por su colaboración y les decimos que lo han hecho muy bien.
- Planteamos estas preguntas: ¿cuál de las expresiones les gustó más?, ¿con cuál se sienten más cómodos?, ¿por qué?, ¿qué emociones expresamos más seguido?, ¿nuestro rostro cambia cuando cambian las emociones?

### **ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN**

### En grupo clase

- Volvemos a mostrar las caritas del **(Anexo 1)**, para reforzar la idea de las expresiones que han trabajado.
- Resaltamos que muchas veces algunos recuerdos o situaciones producen en nosotros diferentes emociones.
- Conversamos con los estudiantes acerca de las cuatro emociones que expresan las caritas, y mencionamos que nuestras emociones no solo se manifiestan con el rostro sino también con otras partes del cuerpo.
- Para comprobarlo, invitamos a salir al patio a jugar “Camino con mis emociones”.
- Indicamos que caminen por todo el espacio según tus indicaciones: primero, como si estuvieran muy alegres; luego, muy tristes; después, con mucho enojo; y, finalmente, con miedo. De ser necesario, brindamos algunas orientaciones. Por ejemplo, cuando

caminen alegres, sugerimos que dirijan la mirada hacia el cielo o levanten los brazos; cuando caminen tristes, que miren hacia el suelo o arrastrando los pies; cuando caminen con miedo, que lo hagan temblando o con los brazos encogidos, como abrazándose; y cuando caminen con enojo, que pisen con fuerza al caminar o agiten los brazos a los lados, como marchando.

- De regreso en el aula, conversamos con los estudiantes sobre las emociones experimentadas: cómo se sintieron
- Entregamos una cinta a cada niño, y pedimos que imaginen que ella es su cuerpo. Luego, preguntamos: ¿cómo se mueve un cuerpo cuando está contento?, ¿y cuando está molesto?
- Indicamos que, libremente, muevan las cintas de acuerdo con cómo ellos creen que se moverían los cuerpos con cada emoción.
- Aprovechamos las caritas pegadas en la pizarra para explicar los movimientos del cuerpo según la emoción.
- al expresarlas y qué semejanzas o diferencias encuentran.

			
Cuerpo relajado. Movimientos rápidos.	Cuerpo suelto. Movimientos lentos.	Cuerpo tenso. Movimientos duros y fuertes.	Cuerpo tenso. Movimientos temblosos e inseguros.

- Una vez explorada las cuatro emociones con nuestra expresión y de manera corporal...
- Comentamos con los estudiantes las posibles razones por las que afloran estas emociones.
- Realizamos la siguiente pregunta: ¿por qué creen que sentimos emociones? (señalamos las cuatro que están en la pizarra). **z**
- Pedimos que respondan mencionando situaciones que producen en ellos esas emociones.
- Los escuchamos con atención. Señalamos que es posible que en algunos casos una misma situación genere diferentes emociones. Preguntamos: ¿por qué sucede esto? Ponemos un ejemplo: el castigo de una mamá a sus hijos probablemente en algunos produzca pena, en otros enojo, etc.
- Comentamos que las emociones no son malas y que todos las sentimos en determinados momentos. Sin embargo, debemos aprender a manejarlas para que no nos dañen ni dañen a los demás.
- Pedimos a los estudiantes que piensen en situaciones que los hacen sentir diversas emociones, y que las describan de acuerdo con su nivel de escritura.
- Me siento contento cuando \_\_\_\_\_
- Me siento triste cuando \_\_\_\_\_
- Siento miedo cuando \_\_\_\_\_
- Me siento molesto cuando \_\_\_\_\_

	<p><b>TOMA DE DECISIONES - REFLEXIÓN</b></p> <p><b>En grupo clase</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Invitamos a los niños y a las niñas a reflexionar sobre las actividades realizadas para aprender a reconocer sus emociones, y recordamos las normas de convivencia relacionadas con el respeto a la opinión de los demás y el saber escuchar.</li> <li>➤ Indicamos que cada uno elegirá una emoción, pensará en lo que esta le genera y lo compartirá con sus compañeros.</li> <li>➤ Concluimos formulando estas interrogantes: ¿qué aprendieron hoy?, ¿por qué es importante saber reconocer nuestras emociones?</li> <li>➤ Finalmente mencionamos, por ejemplo, que si en algún momento están molestos con un compañero, lo mejor que pueden hacer es respirar profundo, dejar que pase un rato y tranquilizarse para poder conversar; o si en algún momento se sienten tristes, lo recomendable es pensar que los malos ratos pasan y mirar con optimismo el futuro.</li> </ul>	
<p><b>CIERRE</b></p> <p><b>EXTENSIÓN</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Realizamos las siguientes preguntas: ¿cómo se sintieron en la sesión?, ¿les gustó?, ¿por qué?, ¿qué es lo que más recuerdan?</li> <li>➤ Al finalizar, agradecemos la participación de todos brindándoles palabras de afecto. También podemos pedir que se abracen o se den un gran aplauso.</li> <li>➤ Con ayuda de sus padres trabajen la ficha del (anexo 2).</li> <li>✓ En esta sesión se espera que los estudiantes reconocerán sus emociones con el fin de comprender por qué se producen y saber cómo reaccionar ante ellas. Esto les ayudará a mejorar sus relaciones sociales y en su crecimiento personal.</li> </ul>	

**SESIÓN Nº 06****CONTAMOS CÓMO NOS SENTIMOS****(Dimensión priorizada: Intrapersonal)****1.- DATOS INFORMATIVOS:**

- ✓ **Institución Educativa** : I.E. Privada América del Callao
- ✓ **Grado** : 1°
- ✓ **Área** : Personal Social
- ✓ **Dimensión Priorizada** : Intrapersonal.
- ✓ **Docente Responsable** : Investigadora.

**2.- PROPÓSITO:**

- En esta sesión, los niños y las niñas contarán experiencias personales que expresan distintas emociones, y así continuarán conociéndose más y conociendo a sus compañeros. Pues el autoconocimiento hace posible que las personas se familiaricen con sus propias emociones y con los mecanismos que las ponen en marcha, lo que facilita el desarrollo de un adecuado manejo emocional.
- **3.- ENFOQUE TRANSVERSAL:** Orientación al bien común.

**4.- APRENDIZAJES ESPERADOS:**

COMPETENCIA	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS
Construye su identidad.	Autorregula sus emociones.	Describe sus emociones en situaciones cotidianas; reconociendo sus causas y consecuencias con sinceridad.

## 5.- SECUENCIA DE LA ACTIVIDADES

Momentos	Estrategias Metodológicas	Tiempo
<b>Inicio</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Dialogamos sobre la clase anterior sobre las diferentes emociones que podemos tener.</li> <li>➤ Les preguntamos dialogaron con sus padres sobre las emociones ¿Qué les dijeron sobre las emociones?, ¿Les gustaría contar algunas experiencias acerca de sus emociones; es decir contar cuándo se sintieron muy alegres, o muy tristes, o cuando sintieron mucho miedo, o qué les hizo enojar?</li> <li>➤ La docente anota ideas principales en la pizarra.</li> <li>➤ Comunicamos <b>el propósito de la sesión: hoy contarán algo de ustedes, una experiencia acerca de cómo se sintieron cuando les sucedió algo, para conocerse mejor.</b></li> <li>➤ <b>Acordamos con ellos las normas de convivencia</b> necesarias para escucharse y respetar las ideas de los compañeros, seguir indicaciones, etc. Las escribimos y colocamos en un lugar visible para ir evaluando su cumplimiento durante el desarrollo de la sesión.</li> </ul>	10´
<b>Desarrollo</b>	<p><b>PROBLEMATIZACIÓN:</b></p> <p><b>En grupo clase</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Invitamos a los estudiantes a sentarse en el centro del aula, formando una U.</li> <li>➤ Introducimos la actividad resaltando la importancia de mantener buenas relaciones. Llevarnos bien con los demás nos ayudará a sentir bien consigo mismo, para llevarnos bien con los demás es necesario primero conocer nuestras emociones para poderlas controlarlas.</li> <li>➤ Participan de la dinámica: ¿Cómo te sentirías si...? Para ello se propondrán varias situaciones en la que los estudiantes deberán tratar de describir los que sienten los protagonistas. Lo harán en forma voluntaria. Ejemplo: Pablo está solo en casa en una noche de tormenta, de pronto se oye un fuerte trueno y acto seguido se apaga la luz.</li> </ul>	25´

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Marcos está ilusionado porque el domingo juega su primer partido de fútbol. Su mejor amigo ha prometido irlo a ver, pero el día del partido no se apareció.</li> <li>• Es tu cumpleaños y tu familia te lleva una gran sorpresa.</li> <li>• Valeria estaba jugando en el parque cuando de pronto tropezó y cayó en un charco de agua sucia.</li> <li>• Tu papá prometió llevarte a jugar al parque y no cumplió.</li> <li>• Te levantas de dormir y tu mamá te despierta con muchos besos y te lleva el desayuno a la cama.</li> </ul> <p>➤ Luego de la dinámica, dialogamos mediante las siguientes preguntas: ¿qué les pareció la dinámica?, ¿por qué creen que los niños se sienten así?, ¿alguna vez les han pasado alguna de esas situaciones, se han sentido así también o cómo se sintieron?, ¿por qué?, ¿les parece bien haberse sentido así?, ¿qué son la alegría, el miedo, la cólera, la ternura?, ¿cuándo han sentido estas emociones?, ¿han sabido manejarlas?, ¿está bien que expresemos nuestras emociones?, ¿por qué?</p> <p>➤ Anotamos las respuestas en la pizarra.</p> <p><b>ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN</b></p> <p><b>Trabajo Individual</b></p> <p>➤ Se les entrega a cada estudiante una carita del <b>(Anexo 1)</b>, les pedimos que de acuerdo a la carita que les ha tocado recuerden o piensen en alguna situación en la que sintieron esa emoción.</p> <p>➤ Brindamos el tiempo adecuado para que piensen o recuerden. Luego cada uno irá mostrando la carita que le tocó y contará la situación que le hizo sentir esa emoción.</p> <p>➤ Comentamos con los estudiantes las posibles razones por las que afloran estas emociones.</p> <p>➤ Los escuchamos con atención. Señalamos que es posible que en algunos casos una misma situación genere diferentes emociones. Preguntamos: ¿por qué sucede esto?</p> <p>➤ Realizamos la siguiente pregunta: ¿por qué creen que sentimos estas emociones?</p> <p>➤ Comenta que todos experimentamos situaciones que se traducen en emociones (cuando se comete una injusticia, cuando se recibe un elogio, etc.). Las emociones son importantes, porque a través de ellas expresamos o exteriorizamos sensaciones, pensamientos, valores, o nuestra capacidad de autocontrol. Cada persona</p>	
--	--	--

	<p>reacciona de diferente manera ante una misma sensación, esto depende de su temperamento (manera de ser). Sin embargo, debemos aprender a manejarlas para que no nos dañen ni dañen a los demás.</p> <p><b>TOMA DE DECISIONES - REFLEXIÓN</b></p> <p><b>En grupo clase</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Indicamos que cada uno pensará en una consecuencia de no saber controlar sus emociones y la compartirá con todos.</li> <li>➤ Invitamos a los niños y a las niñas a reflexionar sobre las actividades realizadas para aprender a reconocer sus emociones, y evaluamos el cumplimiento de las normas de convivencia.</li> <li>➤ Concluimos formulando estas interrogantes: ¿qué aprendieron hoy?, ¿por qué es importante saber reconocer nuestras emociones?</li> <li>➤ Finalmente mencionamos, por ejemplo, que si en algún momento están molestos con un compañero, lo mejor que pueden hacer es respirar profundo, dejar que pase un rato y tranquilizarse para poder conversar; o si en algún momento se sienten tristes, lo recomendable es pensar que los malos ratos pasan y mirar con optimismo el futuro. Es necesario aprender a controlar nuestras emociones, porque no hacerlo podemos hacer cosas que traigan consecuencias graves. Por ejemplo: Si me molesto muy feo con mi compañero y no controlo mi cólera le puedo pegar a mi compañero, él se puede caer dar un mal golpe, y ocasionar una cosa grave. Lo que va a traer como consecuencia muchas cosas negativas para mí. Podemos poner otros ejemplos relacionados. Por eso debemos aprender a reconocer nuestras emociones y a controlarlas para evitar consecuencias negativas.</li> </ul>	
<b>CIERRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Invitamos a los estudiantes a elaborar un regalo sencillo para un compañero o una compañera que genera en ellos alguna emoción agradable, ya sea porque comparte sus útiles, porque es amable al trabajar en equipo, etc. El regalo puede ser un dibujo, una tarjeta o una oración con palabras de agradecimiento.</li> <li>➤ Realizamos las siguientes preguntas: ¿cómo se sintieron en la sesión?, ¿les gustó?, ¿por qué?; ¿Todos podemos sentir la misma</li> </ul>	10´



EXTENSIÓN	<p>emoción ante una determinada situación? ¿Por qué es importante conocer nuestras emociones?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Finalizamos destacando la participación de todos los niños y las niñas, y pedimos que, como un auto reconocimiento de aceptación por ser como son, se den un abrazo a sí mismos.</li> <li>➤ Evaluamos a los estudiantes utilizando una lista de cotejo. <b>(ANEXO 2)</b></li> <li>➤ Pedimos a los niños que piensen en situaciones que los hacen sentir diversas emociones, y las comenten con sus padres o familiares. Trabajen el <b>(Anexo 3)</b> dialogando con sus padres.</li> </ul>	
-----------	---	--

## SESIÓN Nº 07

**NOS RECONOCEMOS Y ACEPTAMOS COMO SOMOS**  
**(Dimensión priorizada: Intrapersonal)**

### 1.- **DATOS INFORMATIVOS:**

- ✓ **Institución Educativa** : I.E. Privada América del Callao
- ✓ **Grado** : 1°
- ✓ **Área** : Personal Social
- ✓ **Dimensión Priorizada** : Intrapersonal.
- ✓ **Docente Responsable** : Investigadora.

### 2.- **PROPÓSITO:**

- El que los niños y las niñas reconozcan sus características, cualidades, gustos y preferencias les va ayudando a construir un buen auto concepto y lograr un adecuado desarrollo emocional. Reconociéndose cada uno como único y valioso.

Los estudiantes, desde muy pequeños, deben aprender a identificar y valorar sus características y cualidades como algo muy propio que los hace únicos y diferentes de los demás. En esta sesión los estudiantes se reconocen como seres únicos y valiosos; y así podrán ir construyendo de manera positiva su imagen de sí mismos.

- **3.- ENFOQUE TRANSVERSAL:** Orientación al bien común.

#### 4.- APRENDIZAJES ESPERADOS:

COMPETENCIA	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS
Construye su identidad.	-Se valora así mismo	Expresa de diferentes maneras algunas de sus características, cualidades, gustos y preferencias y las diferencia de las de los demás con coherencia.

#### 5.- SECUENCIA DE LA ACTIVIDADES

Momentos	Estrategias Metodológicas	Tiempo
Inicio	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Saludamos cordialmente a los estudiantes dialogamos en base a la clase anterior. ¿Qué hicimos la clase anterior?, ¿a todos nos molesta lo mismo?, ¿todos sentimos lo mismo ante una situación?</li><li>➤ Los invitamos a que hagan un círculo y que se miren unos a otros.</li><li>➤ Responden a las siguientes preguntas, ¿Todos somos iguales, qué nos diferencia unos de otros?, ¿qué otras características o cualidades tenemos aparte de las físicas?, ¿qué otras cosas aparte de las físicas dice cómo somos?, ¿todos tendremos las mismas cualidades o los mismos gustos?, ¿alguna vez se han preguntado cómo son?, ¿qué les gusta de ustedes?, ¿cómo se sienten con sus características, cualidades, gustos, etc.?</li><li>➤ La docente anota ideas principales en la pizarra.</li><li>➤ Comunicamos <b>el propósito de la sesión: hoy reconocerán algunas de sus características, cualidades, gustos y preferencias que los hace únicos y valiosos.</b></li><li>➤ <b>Acordamos con ellos las normas de convivencia</b> que nos ayudarán a desarrollar la sesión. Las escribimos y colocamos en un lugar visible para ir evaluando su cumplimiento durante el desarrollo de la misma.</li></ul>	10´
Desarrollo	<div>PROBLEMATIZACIÓN:</div>	25´

### **En grupo clase**

- Invitamos a los estudiantes a sentarse en media luna, de tal manera que todos puedan observar la pizarra, además de verse y escucharse entre ellos.
- Les contamos que hoy recibirán la visita de un amigo llamado Pipo (títere), que está buscando a un niño que le prestó un libro y quiere devolvérselo.
- Realizamos las siguientes preguntas: ¿quieren ayudar a Pipo?, ¿cómo podremos ayudarlo?, ¿alguien sabe cómo es el niño?, ¿cómo creen que podrá encontrarlo?, ¿qué necesitaremos?
- Escuchamos las respuestas hasta que alguien diga que hace falta saber cómo es el niño, es decir, cuáles son sus características físicas y/o cualidades.
- Luego, preguntamos: ¿cómo creen que es el niño que está buscando Pipo?
- Anotamos las respuestas en la pizarra.

### **ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN**

### **En grupo clase**

- Comentamos que vas a invitar a Pipo para que señale las características físicas y cualidades de su amigo y así lo puedan ayudar.
- Mostramos el títere a los estudiantes y, usando otra voz, la docente hace que salude y se presente ante ellos para crear cierta familiaridad.



Pipo: Hola, niños ¿Cómo están? Me han contado que ustedes son muy colaboradores; por eso he venido a pedirles ayuda. Mi nombre es Pipo y estoy buscando a un amigo para devolverle un cuento que me prestó.

- Profesora: Pipo ¿nos puedes decir cómo es tu amigo para poder ayudarte?
- Pipo: Mi amigo tiene 6 años. Se llama Santiago, pero de cariño le digo Tiago.

Es delgado y pequeño. Tiene pelo negro y muy corto, ojos negros, labios delgados y mejillas coloreadas. Además mi amigo es muy juguetón, alegre, conversador, colaborador, creativo y amable. Es un campeón haciendo cosas en plastilina: le encanta hacer animalitos.

- Profesora: Muy bien Pipo.
- Pipo: ¿Lo conocen? ¿Lo han visto antes? Si lo ven, avísenme, por favor.
- Profesora: Vamos a ayudarte a buscarlo.
- Pipo: Gracias, amigos. Ahora me voy. Seguiré buscándolo.

### **Luego de que Pipo sale del aula...**

- Preguntamos a los estudiantes: ¿creen que Pipo encontrará a su amigo?, ¿por qué?; ¿Qué información nos ha dado Pipo que nos permitirá ayudarlo a encontrar a su amigo? ¿creen que conocer las características físicas de su amigo ayudará?; ¿qué otras cosas nos ha dicho de su amigo?
- Escribimos en papelotes con ayuda de lo que los niños nos van diciendo: ¿Qué características físicas nos ha dicho de su amigo?, Además nos ha dicho que es juguetón, alegre, ¿esas características físicas, cómo se llaman. Completamos el papelote.

	<p><b><u>Características físicas:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Delgado,</li> <li>✓ Pequeño,</li> <li>✓ Pelo negro y corto,</li> <li>✓ Ojos negros,</li> <li>✓ Labios delgados,</li> <li>✓ Mejillas coloreadas,</li> </ul>	<p><b><u>Cualidades:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ juguetón,</li> <li>✓ alegre,</li> <li>✓ conversador,</li> <li>✓ colaborador,</li> <li>✓ creativo</li> <li>✓ amable.</li> </ul>	<p><b><u>Gustos y preferencias:</u></b></p> <p>- Le encanta hacer animalitos de plastilina.</p>	
--	---	--	---	--

➤ Hacemos notar a los niños que Pipo está dando diferentes pistas para que lo ayudemos a buscar a su amigo. Características físicas, cualidades y sus gustos y preferencias.

➤ Hablamos acerca de los que indican cada una.

➤ Preguntamos: ¿Qué son las características físicas?, ¿podemos verlas?, ¿Qué son las cualidades, qué indican, podemos verlas?, ¿cómo nos damos cuenta de que las tenemos? nos indican los gustos y preferencias, ¿podemos verlas? ¿Todos y todas tenemos características físicas, cualidades, gustos y preferencias?, y ¿Todas tenemos las mismas características físicas, cualidades, gustos y preferencias?

➤ Escuchamos las respuestas de los niños y las niñas centramos su atención en que las características físicas pueden observar (nos dice como es nuestra cara, ojos, cabello, nariz, estatura), mientras que las cualidades no se refieren a características que puedan ver directamente en la persona, sino en la forma cómo actúa o se comporta. Los gustos preferencias, también son personales pues a todos no gusta lo mismo.

Indicamos que todas estas características: físicas, cualidades, gustos y preferencias; son propias y que hacen a cada uno único y diferente de los demás.

➤ Les decimos a los estudiantes que todos vamos a participar en una dinámica que se llama “Una ducha de cualidades positivas”.

➤ Este es un buen momento para recordar las normas convivencia y hacer un pequeño seguimiento de cómo se están

	<p>cumpliendo. Destacamos la importancia del respeto, de escucharse y no interrumpir.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Explicamos que la actividad consiste en que uno de los compañeros se siente delante de los demás, mirándolos. Por turnos, cada uno le va mencionando las cualidades que conoce o ha visto en él y que lo hacen especial.</li> <li>➤ Ponemos especial énfasis en que se trata de indicar sus cualidades. La docente puede sentarse al lado del niño elegido para acompañarlo y darle confianza.</li> <li>➤ Recordamos que se debe conducir la sesión para que fluya en un ambiente armonioso. Cuando terminan de mencionar las cualidades del niño o niña ubicada al frente, lo felicitamos e invitamos a sentarse en su lugar. Luego, otro niño o niña saldrá frente y se repetirá la actividad anterior. Si vemos que se han dicho pocas cosas positivas de alguno o las palabras no fluyen, la docente empezará por decir algunas. Por ejemplo: Mario es rápido, curioso, hábil para los deportes.</li> <li>➤ Luego dialogamos en base a ¿Qué les pareció la dinámica?, luego, invitamos a que cada uno reconozca sus características físicas, cualidades, gustos y preferencias. Para ello completarán en forma individual la ficha, <b>(ANEXO 1)</b>.</li> <li>➤ Les decimos que para completar sus características físicas se ayudarán de un espejo que se les entregará a cada uno. Y que luego cada uno escribirá sus cualidades, y lo que más le gusta hacer.</li> <li>➤ Damos un tiempo prudencial para que desarrollen la actividad.</li> <li>➤ Cuando concluyan, indicamos que se preparen porque comentarán a sus compañeros la parte que deseen de sus trabajos, e invitamos a compartir lo que han hecho, para que puedan conocerse un poco más.</li> <li>➤ Proponemos que empiecen algunos voluntarios mostrando su dibujo y diciendo las características físicas que más les gustan de ellos. Algunas de sus cualidades y lo que más le gusta hacer Podrían decir, por ejemplo: “Me llamo Luciana y soy alta, de pelo largo y negro. Uso trencitas muchas veces. Tengo ojos grandes y redondos”. Soy muy estudiosa y responsable. Me gusta mucho jugar con mis muñecas.</li> <li>➤ Luego, solicitamos que peguen sus trabajos en la pizarra o en la pared; podemos colocar un título como: “Nos reconocemos y aceptamos como somos”.</li> </ul>	
--	--	--

	<p>➤ Recordamos a que los niños y las niñas diferencien las características físicas, que son observables, de las cualidades, que no se ven pero se manifiestan a través de algunas conductas.</p> <p><b>TOMA DE DECISIONES - REFLEXIÓN</b></p> <p><b>En grupo clase</b></p> <p>Preguntamos a los niños: ¿todos somos iguales?, ¿qué pasaría si así fuera?, ¿te gusta cómo eres? ¿sabían todo lo que sus amigos les han dicho?, ¿qué les ha sorprendido?, ¿tenemos todos las mismas cualidades?, ¿para qué nos servirá conocer nuestras características, cualidades y las de los demás?</p> <p>➤ Escuchamos atentamente lo que cada participante diga y lo felicitamos por su intervención.</p> <p>➤ Les recordamos que cada uno es único y valioso.</p> <p>➤ Cerramos esta parte de la actividad pidiéndoles que cada uno se den un abrazo a sí mismo y luego otro grupal diciendo juntos: “Somos únicos y valiosos”.</p>	
<p><b>CIERRE</b></p> <p><b>EXTENSIÓN</b></p>	<p>➤ Realizamos las siguientes preguntas: ¿cómo se han sentido en la sesión?, ¿les ha gustado?, ¿por qué?, ¿recuerdan qué cosa hicimos en la sesión?</p> <p>➤ Finalizamos pidiendo que digan: ¿qué aprendieron hoy?, ¿todos somos iguales?, ¿qué nos diferencia unos de otros?</p> <p>¿Por qué decimos que cada uno es único y valioso?</p> <p>➤ Pedimos a los niños que comenten con sus padres o familiares lo que hemos trabajado en el aula.</p>	10´



## SESIÓN Nº 08

### **APRENDIENDO A SER ASERTIVOS** (Dimensión priorizada: Interpersonal)

#### **1.- DATOS INFORMATIVOS:**

- ✓ **Institución Educativa** : I.E. Privada América del Callao
- ✓ **Grado** : 1°
- ✓ **Área** : Personal Social
- ✓ **Dimensión Priorizada** : Interpersonal.
- ✓ **Docente Responsable** : Investigadora.

#### **2.- PROPÓSITO:**

- Los estudiantes, desde muy pequeños, deben aprender a comunicarse de manera asertiva. En esta sesión los estudiantes reconocen la importancia de comunicarse de manera asertiva como una forma adecuada de resolver conflictos y relacionarse mejor con los demás..

#### **3.- ENFOQUE TRANSVERSAL:** Orientación al bien común.

#### **4.- APRENDIZAJES ESPERADOS:**

COMPETENCIA	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS
Convive y participa democráticamente en la búsqueda del bien común.	- Maneja conflictos de manera constructiva.	Demuestra actitudes asertivas al resolver conflictos de manera sincera.

## 5.- SECUENCIA DE LA ACTIVIDADES

Momentos	Estrategias Metodológicas	Tiempo
Inicio	<p>➤ Saludamos cordialmente a los estudiantes dialogamos en base a la clase anterior. ¿Qué hicimos la clase anterior?, ¿Por qué ha sido necesario trabajar la clase anterior?</p> <p>➤ Pedimos que observen las ilustraciones que se les presenta:</p> <hr/> <div data-bbox="507 689 1305 1003" data-label="Image"> <p>The image shows three simple cartoon figures standing side-by-side. The first figure on the left is wearing an orange dress and has a angry expression with furrowed brows and a downward-curved mouth; below it is the word 'AGRESIVO'. The middle figure is wearing a blue dress and has a happy expression with a wide smile and two vertical lines for eyes; below it is the word 'ASERTIVO'. The third figure on the right is wearing a green dress and has a sad expression with a downward-curved mouth and two vertical lines for eyes; below it is the word 'PASIVO'.</p> </div> <p>➤ Dialogamos: ¿Qué observan? ¿Cómo está la primera persona?, ¿Qué refleja?, ¿qué es ser agresivo, cómo actúa una persona agresiva?, ¿el segundo niño, cómo está?, ¿Qué refleja?, ¿Qué es ser asertivo, según lo que observan, cómo es una persona asertiva?, ¿Cómo es el tercer niño, qué observan en él?, ¿qué es ser pasivo? ¿Cuándo tienen algún problema cómo actúan ustedes para solucionarlo son agresivos, asertivos o pasivos, por qué creen eso?</p> <p>➤ La docente anota ideas principales en la pizarra.</p> <p>➤ Comunicamos <b>el propósito de la sesión: hoy aprenderemos a resolver conflictos de forma asertiva para relacionarnos mejor con los demás.</b></p> <p>➤ <b>Acordamos con ellos las normas de convivencia</b> que nos ayudarán a desarrollar la sesión. Las escribimos y colocamos en un lugar visible para ir evaluando su cumplimiento durante el desarrollo de la misma.</p>	10'
		25'

Desarrollo	<p><b>PROBLEMATIZACIÓN:</b></p> <p><b>En grupo clase</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Retomamos el propósito de la sesión, mediante la siguiente pregunta: ¿Qué aprenderemos hoy?, ¿Por qué será importante aprender a resolver conflictos de manera asertiva?</li> <li>➤ Reflexionamos sobre la importancia de desarrollar la asertividad.</li> <li>➤ La docente les dice que compartirá con ellos un caso que sucedió en un aula de primer grado de un colegio de Lima para analizarlo.</li> <li>➤ La docente lee el caso que se les presenta en un papelote.</li> </ul> <p>Estaban tres amigos de primer grado en el patio de su colegio en hora del recreo. Estaban jugando taps, cuando de pronto un alumno de tercer grado vine y les pateó los taps. Julio lo mira y no dice nada solo baja su mirada y se pone triste; Omar agarra y lo pateó al niño también y Ernesto le habla y le dice en forma calmada ¿Por qué pateas nuestros taps, qué te estamos haciendo para que nos trates así? ¿te gustaría que yo te haga lo mismo cuando tú estás jugando? No deberías de actuar así porque a nosotros no nos gusta y está mal que hagas eso. El niño de tercer grado reconoce lo que ha hecho y le pide disculpa.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Dialogan en base a lo que han escuchado responden a las siguientes preguntas: ¿Qué sucedió?, ¿los tres amigos reaccionaron igual? ¿Qué hizo Julio, cómo reaccionó? ¿Qué hizo Omar, cómo reaccionó?, y ¿Qué hizo Ernesto, cómo reaccionó?, ¿Quién actuó agresivo, quien pasivo y quién asertivo? ¿Quién crees que reaccionó en forma correcta, por</li> </ul>	
------------	---	--

	<p>qué? ¿Qué es la asertividad? ¿Todos podremos lograr ser asertivos, cómo?</p> <p>➤ Anotamos sus respuestas.</p> <p><b>ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN</b></p> <p><b>En grupo clase</b></p> <p>Dialogamos haciendo notar que ante una misma situación las personas pueden reaccionar de manera distinta: en forma agresiva, asertiva o pasiva. La forma más adecuada de reaccionar es el ser asertivo.</p> <p><b>En grupos de cuatro</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Le pedimos que se agrupen por afinidad, formando grupos de cuatro.</li> <li>➤ Se les entrega ficha <b>(ANEXO1)</b>.</li> <li>➤ Les pedimos que observen las ilustraciones, dialogamos en base a lo que observan. La docente lee y en base a eso le pedimos que dialoguen en grupo en base a lo observado y leído, se les presenta un papelote con las preguntas que deberán conversar en equipo, las profesora les va leyendo y orientando el trabajo en equipo:</li> <li>➤ según lo leído ¿Con qué tipo de reacción se identifica cada uno; es decir, cómo reacciona cada uno ante un conflicto?, ¿Está bien cómo reaccionamos?,</li> <li>➤ ¿Cuáles son los pasos para una comunicación asertiva?,</li> <li>➤ ¿Cómo es un niño asertivo?,</li> <li>➤ ¿Por qué creen que será importante ser asertivo?</li> <li>➤ Damos un tiempo prudencial para el trabajo en equipo, la docente monitorea los grupos.</li> <li>➤ Felicitamos el trabajo en equipo que han realizado.</li> </ul> <p><b>En grupo clase</b></p>	
--	---	--

	Dialogamos y reflexionamos acerca de lo que han conversado en equipo: ¿Cómo les pareció el trabajo en equipo?, ¿qué han aprendido?	
--	--	--

	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Cómo reacciona una persona sumisa, una persona agresiva y una persona asertiva?, según lo leído ¿Con qué tipo de reacción se identifica cada uno; es decir, cómo reacciona cada uno ante un conflicto?, ¿Está bien cómo reaccionamos?, ¿Cuáles son los pasos para una comunicación asertiva?, ¿Cómo es un niño asertivo?, ¿Por qué creen que será importante ser asertivo?</li> <li>➤ Ponemos énfasis en la importancia de ser asertivos, mencionamos que: La asertividad es una habilidad muy importante para relacionarse con los demás. Implica no sólo lo que decimos sino cómo nos dirigimos a las personas de nuestro alrededor (mirada, tono de voz...). A pesar de que durante la vida, las personas vamos desarrollando diferentes estilos para solucionar conflictos: agresivo, pasivo... La asertividad es el único que no nos hace perder oportunidades, permite expresarnos, resuelve de forma eficaz los conflictos y consigue que nos relacionemos mejor con los demás. De ahí la importancia de enseñar a los niños desde pequeños a ser asertivos.</li> <li>➤ La docente les pregunta a los estudiantes: ¿Les gustan los cuentos?, ¿Quieren que les cuente un cuento que encontré de un niño que siempre reaccionaba de manera agresiva?, ¿Si reaccionamos de manera agresiva cómo nos llevaremos con los demás?</li> <li>➤ La docente les lee el cuento: El niño y los clavos <b>(ANEXO2)</b>.</li> </ul>	
--	--	--

	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Dialogamos y reflexionamos a la base al cuento.</li> <li>➤ Ponemos énfasis en que cuando reaccionamos de manera incorrecta ante un conflicto podemos decir o hacer cosas que dañen a otros y que una palabra puede causar tanto daño como un golpe. Por ello debemos aprender a ser asertivos.</li> </ul> <p><b>En grupos de cuatro</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Reunidos nuevamente en equipos, se les entrega a cada equipo una figura del (<b>ANEXO 3</b>), para que observen la figurita que le tocó y respondan si en esa situación se evidencia que hay una comunicación asertiva y por qué.</li> <li>➤ Les decimos que luego un representante de cada equipo saldrá a exponer sus ideas acerca de lo que piensa el grupo.</li> <li>➤ Damos un tiempo prudencial para el trabajo en grupo, la docente monitorea el trabajo.</li> </ul> <p><b>En grupo clase</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Un representante de cada equipo expone lo que piensa el grupo del dibujo que les tocó. Exponen y luego ubican la figurita en la columna del papelote que la profesora coloca, de acuerdo a la situación que le tocó.</li> </ul>	
--	---	--

## TOMA DE DECISIONES - REFLEXIÓN

### En grupo clase

Preguntamos a los niños: ¿Cuándo somos asertivos?, ¿es importante ser asertivos?; ¿Qué compromiso puede hacer cada uno para ser un niño asertivo?

De acuerdo a lo que nos dicen escribimos compromisos en un papelote y lo colocamos en algún lugar visible.

Escuchamos atentamente lo que cada participante diga y felicitamos por su intervención.

Les recordamos la importancia de ser asertivos y poner práctica los compromisos.

Cerramos la sesión mostrándoles la siguiente imagen.



### CIERRE

➤ Realizamos las siguientes preguntas: ¿cómo se han sentido en la sesión?, ¿les ha gustado?, ¿por qué?; ¿recuerdan qué cosa hicimos en la sesión?

Finalizamos pidiendo que digan: ¿qué aprendieron hoy?, ¿Cuándo se dice que un niño es asertivo?, ¿Por qué es importante ser asertivos?

Pedimos a los niños que comenten con sus padres o familiares lo que hemos trabajado en el aula. Además con ayuda de tus padres busca 3 dibujos de niños siendo asertivos y págalos en una hoja

10'

## SESIÓN N° 09

### “APRENDO A RESOLVER CONFLICTOS”

(Dimensión priorizada: Adaptabilidad)

#### 1.- DATOS INFORMATIVOS:

- ✓ **Institución Educativa** : I.E. Privada América del Callao
- ✓ **Grado** : 1°
- ✓ **Área** : Personal Social
- ✓ **Dimensión Priorizada** : Adaptabilidad.
- ✓ **Docente Responsable** : Investigadora.

#### 2.- PROPÓSITO:

- En esta sesión los estudiantes aprenderán a utilizar estrategias para manejar conflictos en su vida cotidiana; pues es necesario para una convivencia armónica, contribuyendo de esta manera a desarrollar la inteligencia emocional.

- **3.- ENFOQUE TRANSVERSAL:** Orientación al bien común.

#### 4.- APRENDIZAJES ESPERADOS:

COMPETENCIA	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS
Convive y participa democráticamente en la búsqueda del bien común.	- Maneja conflictos de manera constructiva.	-Aplica estrategias para manejar sus conflictos en el aula con ayuda de un adulto de manera adecuada.



## 5.- SECUENCIA DE LA ACTIVIDADES

Momentos	Estrategias Metodológicas	Tiempo
Inicio	<p data-bbox="475 376 707 416"><b>En grupo clase</b></p> <ul data-bbox="421 544 1350 745" style="list-style-type: none"> <li>➤ Saludamos cordialmente a los estudiantes dialogamos en base a la clase anterior. ¿Qué hicimos la clase anterior?, ¿Por qué ha sido necesario trabajar la clase anterior?</li> <li>➤ Los invitamos a ir al patio para participar de la dinámica: Salir del círculo.</li> </ul> <p data-bbox="454 801 1246 831"><b>DINÁMICA DE RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS: SALIR DEL CÍRCULO.</b></p> <p data-bbox="448 887 1347 960">Se forma un círculo en el que todos los participantes, en pie, traban fuertemente sus brazos.</p> <p data-bbox="448 974 1334 1093">Previamente se ha sacado del grupo una persona, o tantas como veces se quiera repetir la experiencia, a las que se aleja del grupo.</p> <p data-bbox="448 1104 1334 1223">La consigna que se les da es que una a una serán introducidas dentro del círculo, teniendo dos minutos para "escapar sea como sea".</p> <p data-bbox="448 1234 1334 1429">A las personas que conforman el círculo se les explica que tienen que evitar las fugas "por todos los medios posibles", pero que llegado el caso en que una de las personas presas pide verbalmente que se le deje abandonar el círculo, éste se abrirá y se le dejará salir.</p> <p data-bbox="448 1440 1334 1559">Posteriormente se procederá a la evaluación buscando determinar cuál era el conflicto, cómo se han sentido las participantes.</p> <p data-bbox="475 1653 707 1693"><b>En grupo clase</b></p> <ul data-bbox="421 1731 1350 1850" style="list-style-type: none"> <li>➤ Luego de la dinámica, planteamos esta interrogante: ¿Cómo les pareció la dinámica?, ¿Cómo se han sentido?, ¿Se sentirá lo</li> </ul>	10´

	<p>mismo estar dentro del círculo, encerrado que formando el círculo; es decir no dejando salir?, ¿Habría un conflicto en esta situación, cuál sería?, ¿A quién se dejó salir?, ¿Por qué crees que se dejó salir? ¿A los demás por qué crees que no se les dejó salir con facilidad?, analizamos los métodos empleados por cada parte y buscando correspondencias en la sociedad y en nuestra realidad cotidiana.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Planteamos las siguientes preguntas: ¿Se presentarán conflictos en nuestra vida diaria?, ¿Cuál sería la forma correcta de resolver conflictos?</li> <li>➤ La docente anota ideas principales en la pizarra o en un papelote.</li> <li>➤ Comunicamos <b>el propósito de la sesión: hoy aprenderemos a utilizar estrategias para manejar conflictos en nuestra vida diaria.</b></li> <li>➤ <b>Acordamos con ellos las normas de convivencia</b> que pondrán en práctica de acuerdo con las necesidades de la sesión.</li> </ul>	
--	--	--

Desarrollo	<p style="text-align: center;"><b>En grupo clase</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Los invitamos a sentarse en media luna de manera que todo podamos mirarnos.</li> <li>➤ Retomamos el propósito de la sesión mediante la siguiente pregunta: ¿Qué vamos a aprender hoy?, ¿Por qué será necesario aprender a manejar conflictos?</li> <li>➤ La docente les dice que les leerá un cuento: para ello les dice, el cuento se llama: La tortuga, ¿Conocen a las tortugas, cómo son, han visto alguna vez alguna, dónde?</li> <li>➤ La docente lee el cuento <b>(ANEXO 1)</b>.</li> <li>➤ Luego, dialogamos en base a las siguientes preguntas: ¿De quién nos habla el cuento?, ¿qué le gustaba hacer?, ¿Qué problema tenía la tortuga?, ¿Qué sucedió, quién la ayudó?, ¿Qué le aconsejó la anciana tortuga?, ¿Qué debía hacer cuando tuviera un problema?, ¿Pudo resolver finalmente su problema la tortuga?, ¿Qué nos enseña este cuento?, ¿Cómo debemos actuar ante un conflicto o problema?</li> <li>➤ Dialogamos y reflexionamos sobre la necesidad e importancia de saber cómo actuar para resolver un conflicto o problema de forma adecuada, lo que nos va permitir sentirnos bien consigo mismo y con los demás.</li> <li>➤ La docente les muestra en un papelote grande: La técnica de la tortuga. <b>(Anexo 2)</b>.</li> <li>➤ Les pide que observen primero, para luego dialogar en base a lo que han observado.</li> <li>➤ ¿Qué observan? ¿Qué hace la tortuga?, ¿Qué estrategia utiliza la tortuga para solucionar sus problemas o conflictos?, ¿Cuántos pasos tiene su estrategia?</li> <li>➤ La docente en un papelote y con ayuda de los niños enumera y escribe los pasos de la estrategia de la tortuga para tenerla en cuenta.</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b><u>Técnica de la Tortuga para solucionar conflictos</u></b></p> <p style="text-align: center;">1° Sucede un problema.  2° .....  3° .....  4° .....</p>	25´
------------	---	-----

	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Dialogamos sobre esta técnica.</li> <li>➤ Les decimos que ahora se reunirán en grupos para realizar una actividad que se propondrá, para ello se les entregará una tarjetita con un número, luego se agrupará de acuerdo al número que les tocó.</li> </ul> <p><b>En grupos de cuatro</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ A cada equipo se les entregará un caso (<b>ANEXO 3</b>), el cual deberán leerlo (Con ayuda de la docente), luego deberán escenificarlo aplicando la técnica de la tortuga y resolver el conflicto eligiendo una alternativa de solución (en equipo).</li> <li>➤ La docente explica lo que tienen que hacer mediante un ejemplo.</li> <li>➤ Les damos un tiempo prudencial para que puedan trabajar en equipo.</li> <li>➤ Invitamos a cada equipo a que realice la escenificación.</li> </ul> <p><b>En grupo clase</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Luego de la escenificación le preguntamos a cada equipo: ¿Cómo aplicaron la técnica de la tortuga? y ¿Por qué eligieron esa solución?</li> <li>➤ Felicitamos a todos por su trabajo.</li> </ul>	
--	--	--

	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Después que todos escenificaron los invitamos a darse un fuerte aplauso.</li> <li>➤ Dialogamos: ¿Cómo se sintieron al trabajar en equipo, les fue fácil o difícil escenificar cada situación?, ¿Les fue fácil o difícil aplicar la técnica de la tortuga, por qué?, ¿Creen que les será útil aplicar esta técnica cuando tengan conflictos o problemas en su vida diaria?</li> <li>➤ Los invitamos a practicar esta técnica cuando surjan problemas o conflictos en su vida diaria, para sentirse mejor y vivir en armonía.</li> <li>➤ Reflexionamos sobre la importancia de aplicar estrategias o técnicas para aprender a solucionar conflictos y sobre esta técnica de la tortuga.</li> <li>➤ Elaboramos entre todos un compromiso. ¿A qué nos podemos comprometer todos cuando tengamos un conflicto o problema? Inducimos a que respondan a aplicar la técnica de la tortuga. ➤</li> </ul> <p>Escribimos en una tira de papel el compromiso:</p> <p style="text-align: center;"><b>Cuando tengo un conflicto aplico la técnica de la tortuga.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pegamos este compromiso en un lugar visible y debajo de este el papelote de la técnica de la tortuga que utilizamos anteriormente.</li> <li>➤ Copian en sus cuadernos el compromiso y escriben y dibujan la técnica de la tortuga.</li> </ul>	
<p><b>CIERRE</b></p> <p><b>EXTENSIÓN</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Realizamos las siguientes preguntas: ¿cómo se han sentido en la sesión?, ¿les ha gustado?, ¿por qué?, ¿recuerdan qué cosa hicimos en la sesión?</li> <li>➤ Finalizamos pidiendo que digan: ¿qué aprendieron hoy?, ¿Qué debemos hacer ante un conflicto o problema?, ¿En qué consiste la técnica de la tortuga, cuántos pasos tiene, qué dice cada uno?, ¿Por qué es necesario aplicar esta técnica cuando surgen conflictos? Los felicitamos por su participación en clase.</li> <li>➤ Pedimos a los niños que comenten con sus padres o familiares lo que hemos trabajado en el aula y qué les hablen sobre la técnica de la tortuga.</li> </ul>	10´

## SESIÓN N°10

### “MANEJO MIS EMOCIONES” (Dimensión priorizada: Adaptabilidad)

#### 1.- DATOS INFORMATIVOS:

- ✓ **Institución Educativa** : I.E. Privada América del Callao
- ✓ **Grado** : 1°
- ✓ **Área** : Personal Social
- ✓ **Dimensión Priorizada** : Adaptabilidad.
- ✓ **Docente Responsable** : Investigadora.

#### 2.- PROPÓSITO:

- En esta sesión los estudiantes reconocerán la importancia de manejar o controlar sus emociones. Entender y controlar las emociones es parte muy importante de la llamada inteligencia emocional. Y hoy sabemos que los niños que controlan sus emociones son más felices y se adaptan mejor a la escuela y a la sociedad.

- **3.- ENFOQUE TRANSVERSAL:** Orientación al bien común.

#### 4.- APRENDIZAJES ESPERADOS:

COMPETENCIA	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS
Construye su identidad.	-Autorregula sus emociones.	Reconoce y controla las emociones que siente ante una determinada situación de manera adecuada.

## 5.- SECUENCIA DE LA ACTIVIDADES

Momentos	Estrategias Metodológicas	Tiempo
Inicio	<p><b>En grupo clase</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Saludamos cordialmente a los estudiantes dialogamos en base a la clase anterior. ¿Qué hicimos la clase anterior?, ¿Por qué ha sido necesario trabajar ese tema en la clase anterior, qué aprendimos?</li> </ul> <p><b>En grupo clase</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Planteamos esta interrogante: ¿Cuándo nos sentimos alegres, tristes, molestos o con miedo?, ¿Qué pasaría si no sabemos manejar o controlar nuestras emociones?</li> <li>➤ La docente anota ideas principales en la pizarra o en un papelote.</li> <li>➤ Comunicamos <b>el propósito de la sesión: hoy aprenderemos a manejar nuestras emociones para ser felices.</b></li> <li>➤ <b>Acordamos con ellos las normas de convivencia</b> que pondrán en práctica de acuerdo con las necesidades de la sesión.</li> </ul>	10´
Desarrollo	<p><b>En grupo clase</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Dialogamos nuevamente sobre el propósito de la sesión: ¿Qué aprenderemos hoy?</li> <li>➤ Proponemos que verán un vídeo del cuento: Paula y su pelo multicolor, en el siguiente enlace: <a href="https://youtu.be/K4Zk7p7FN0k">https://youtu.be/K4Zk7p7FN0k</a></li> <li>➤ Luego de la visualización del vídeo, dialogamos en base a las siguientes preguntas: ¿Les gustó el cuento?, ¿Cómo se llama?, ¿Qué nos cuenta de Paula?, ¿Por qué creen que se llamará Paula y su pelo multicolor?, ¿Qué le pone triste a Paula?, ¿De qué tiene ganas cuando está triste?, ¿Qué hace para animarse?, ¿Cómo se siente Paula cuando está feliz?, ¿Cuándo alguien se ríe de ella cómo se siente Paula?, ¿qué tiene ganas de hacer Paula cuando se siente así?, ¿Qué hace para sentirse mejor?, ¿Cuándo tiene miedo Paula qué hace?, ¿Qué es lo más que le gusta a Paula y por qué?, ¿ustedes también se han sentido tristes, alegres, enojados o con miedo, cuándo? ¿Cómo han actuado cuando han sentido esto?</li> </ul>	25´

	<p>➤ Dialogamos y reflexionamos sobre la importancia de saber manejar nuestras emociones, es decir controlarlas, porque de lo contrario sus consecuencias pueden ser buenas o malas para nosotros o para el resto. La regulación de la intensidad de las emociones nos ayuda a tener bajo control nuestra vida.</p> <p><b>En grupos</b></p> <p>➤ Les comunicamos que ahora todos y todas participaremos en una actividad:</p> <p><b>Actividad: Dibujando botellas.</b></p> <p>Para ello, elegiremos las emociones básicas (rabia, alegría, pena, miedo) y le asignaremos un color a cada una. Después elegiremos una de las emociones, por ejemplo la rabia (color negro). Dividiremos el aula en 4 grupos y daremos a cada grupo una botella de agua llena. Cada grupo meterá unas gotas de pintura en cada botella creando así intensidades distintas. El ejercicio se puede realizar con cualquier emoción. Sentados y sentadas en círculo, comentaremos que lo mismo ocurre con las emociones, es decir, que todos y todas sentimos las mismas emociones aunque tal vez con intensidades distintas.</p> <p>A cada alumno y alumna se le asignará un folio en el que escribirá o dibujará en qué situaciones siente esa intensidad de emoción. Una vez terminado, juntaremos a todos y todas y comentaremos.</p> <p><b>En grupo clase</b></p> <p>➤ Luego de la actividad dialogamos, comentamos y reflexionamos: Los niños y niñas se dan cuenta de que lo que a una persona le produce una emoción con intensidad alta a otra persona puede producirle una emoción con intensidad baja; es decir que ante una misma situación varias personas pueden sentir alegría, pero</p>	
--	---	--



	<p>cada uno sentirá alegría con distinta intensidad, y que cada persona debe aprender a controlar sus emociones.</p> <p><b>En grupos de cuatro</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Les pedimos que se agrupen y a cada grupo le pedimos que gire la Ruleta de las emociones (<b>ANEXO 1</b>) que se le presentará en grande, cada grupo tendrá identificada una emoción según lo que le tocó en la ruleta 1. Luego, tendrá que en equipo elegir cómo controlar esa emoción según la ruleta 2, también puede proponer otras formas que no están en la ruleta 2.</li> <li>➤ Luego un representante de cada equipo cuenta sobre la emoción que le tocó y qué propone el grupo para controlar esa emoción.</li> <li>➤ Felicitamos a todos los grupos por su participación.</li> </ul> <p><b>En grupo clase</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Dialogamos sobre las emociones, la intensidad con que cada persona puede sentir esa emoción y la necesidad de controlar las emociones.</li> </ul>	
<b>CIERRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Los invitamos a expresar cómo se sintieron en la actividad.</li> <li>➤ Realizamos las siguientes preguntas: ¿cómo se han sentido en la sesión?, ¿les ha gustado?, ¿por qué?, ¿recuerdan qué cosa hicimos en la sesión?</li> <li>➤ Finalizamos pidiendo que digan: ¿qué aprendieron hoy?, ¿Qué debemos hacer para manejar nuestras emociones?, ¿Por qué es necesario aprender a controlar nuestras emociones?</li> <li>➤ Los felicitamos por su participación en clase.</li> </ul>	10´
<b>EXTENSIÓN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pedimos a los niños que comenten con sus padres o familiares lo que hemos trabajado en el aula. Y que jueguen en casa con ellos La ruleta de las emociones (<b>ANEXO1</b>).</li> </ul>	

## SESIÓN N°11

**“CONTINUAMOS APRENDIENDO A CONTROLAR NUESTRAS EMOCIONES”**  
(Dimensión priorizada: Adaptabilidad)

### 1.- DATOS INFORMATIVOS:

- ✓ **Institución Educativa** : I.E. Privada América del Callao
- ✓ **Grado** : 1°
- ✓ **Área** : Personal Social
- ✓ **Dimensión Priorizada** : Adaptabilidad.
- ✓ **Docente Responsable** : Investigadora.

### 2.- PROPÓSITO:

- En esta sesión los estudiantes continuarán reconociendo la importancia de controlar sus emociones; pues, a veces, ante situaciones determinadas nuestras reacciones no son las más adecuadas para nuestra salud o la del resto. Mejorar la regulación de nuestras emociones supone tener dominio de nuestras reacciones y tener capacidad de expresarlas adecuadamente.

### 3.- ENFOQUE TRANSVERSAL: Orientación al bien común.

### 4.- APRENDIZAJES ESPERADOS:

COMPETENCIA	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS
Construye su identidad.	- Autorregula sus emociones.	Autorregula sus emociones en interacción con sus compañeros, con apoyo de la docente de manera adecuada.

## 5.- SECUENCIA DE LA ACTIVIDADES

Momentos	Estrategias Metodológicas	Tiempo
<b>Inicio</b>	<p><b>En grupo clase</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Saludamos cordialmente a los estudiantes dialogamos en base a la clase anterior. ¿Qué hicimos la clase anterior?, ¿Por qué es necesario aprender a controlar nuestras emociones?, ¿Jugaron a la ruleta de las emociones con sus papás?, ¿Para qué nos sirve la cabeza, para pensar o sentir?, ¿Con qué podemos sentir las emociones?, ¿Con qué podemos expresar lo que sentimos, pensamos, etc.?, ¿Podremos controlar nuestras emociones?</li> <li>➤ La docente anota ideas principales en la pizarra o en un papelote.</li> <li>➤ Comunicamos <b>el propósito de la sesión: hoy continuaremos aprendiendo a controlar nuestras emociones para ser felices.</b></li> <li>➤ <b>Acordamos con ellos las normas de convivencia</b> que pondrán en práctica de acuerdo con las necesidades de la sesión.</li> </ul>	10´
<b>Desarrollo</b>	<p><b>En grupo clase</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Los invitamos a visualizar el vídeo con el Rock de las emociones, mediante el siguiente enlace:  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=hX60blksDsU">https://www.youtube.com/watch?v=hX60blksDsU</a> </li> <li>➤ Luego de visualizarlo los invitamos a cantar para eso se ponen de pie cantan y bailan.</li> <li>➤ Dialogamos en base a las siguientes preguntas: ¿Les gustó la canción?, ¿De qué habla?, ¿Para qué nos sirve nuestra cabeza, nuestro corazoncito y nuestro cuerpo?, ¿Qué debemos hacer cuando sentimos tristeza, alegría, enfado?, ¿Por qué será importante pensar y ponernos en el lugar de la otra persona cuando lo vemos triste, alegre, enfadado, etc.?</li> <li>➤ Dialogamos y reflexionamos con ellos sobre la canción, y que nosotros como personas tenemos una cabeza que nos permite pensar antes de actuar y que no sólo debemos actuar dejándonos</li> </ul>	25´

	<p>llevar por nuestras emociones; que ante situaciones determinadas nuestras reacciones, a veces no son las más adecuadas para nuestra salud o la del resto.</p> <p>Mejorar la regulación de nuestras emociones supone tener dominio de nuestras reacciones y tener capacidad de expresarlas adecuadamente. Damos énfasis en que es necesario pensar bien antes de actuar y no dejarnos llevar solamente por nuestras emociones.</p> <p><b>En grupos de cuatro</b></p> <p>Les pedimos que se agrupe en grupos de cuatro, libremente.</p> <p>➤ Luego, participan de la siguiente actividad:</p>	
--	--	--

### **ACTIVIDAD EL SEMÁFORO**

Cada cual explicará una situación en la que perdió el control. Para ello, la docente mencionará las siguientes situaciones:

- Estamos jugando a fútbol y estudiantes mayores vienen a quitarnos el campo.
- Estoy haciendo cola y un o una compañero/a intenta meterse. – La profesora me pregunta algo, y como no sé la respuesta, mis compañeros y compañeras se ríen.
- Mi hermano me ha cogido el juguete sin permiso.
- Mi hermana se ha reído de mí.
- Mi padre ha tirado a la basura algunos papeles míos.
- Mi amiga no me deja jugar con la pelota

Entre todos y todas por grupos, elegirán una situación y la analizaremos. Para ello la docente tendrá 3 círculos: Rojo, amarillo y verde.

ROJO: identificar la emoción que ha vivido en esa situación.

AMARILLO: reflexionar, identificar, analizar la situación. Analizar qué le ha hecho ponerse así.

VERDE: Darse cuenta que hay muchas formas adecuadas de expresar las emociones. Hacerle frente a la situación sin dañar a nadie.

Por ejemplo: estamos jugando a fútbol.

- Círculo rojo: siento rabia.
- Círculo amarillo: ¿si estábamos jugando nosotros y nosotras, por qué vamos a marcharnos?
- Círculo verde: jugaremos todos y todas juntas. Dividiremos el campo. Cada día jugará un grupo.

- Realizaremos esta actividad primero en forma grupal lo analizarán primero, luego en grupo clase.

### **En grupo clase**

Dialogamos: ¿cómo se han sentido en la actividad?, ¿Qué hemos aprendido con esta actividad?, ¿En qué nos ayudará?, ¿Qué pasaría si no controlamos nuestras emociones?, ¿Nos ayudará la actividad del semáforo en nuestra vida diaria, cómo?

- Dialogamos que es aconsejable realizarlo cada vez que se produzca en el aula o en nuestra vida diaria una situación impulsiva de esta manera estaremos controlando nuestras emociones.

- Luego de haber trabajado la sesión se comprometen a practicar la actividad del semáforo cada vez que quieran controlar sus emociones y que deben recordar siempre pensar antes de actuar y no solamente dejarse llevar por sus emociones.

Nos ponemos de pie y nuevamente cantan y bailan: El rock de las emociones.

- Realizamos las siguientes preguntas: ¿cómo se han sentido en la sesión?, ¿les ha gustado?, ¿por qué?, ¿recuerdan qué cosa hicimos en la sesión?
- Finalizamos pidiendo que digan: ¿qué aprendieron hoy?, ¿Qué debemos hacer para manejar nuestras emociones?, ¿Por qué es necesario aprender a controlar nuestras emociones?
- Los felicitamos por su participación en clase.
- Pedimos a los niños que comenten con sus padres o familiares lo que hemos trabajado en el aula.

## SESIÓN Nº 12

**“SUPERAMOS OBSTACULOS SALIENDO FORTALECIDOS: RESILENCIA”**  
(Dimensión priorizada: Adaptabilidad)

### 1.- DATOS INFORMATIVOS:

- ✓ **Institución Educativa** : I.E. Privada América del Callao
- ✓ **Grado** : 1°
- ✓ **Área** : Personal Social
- ✓ **Dimensión Priorizada** : Adaptabilidad.
- ✓ **Docente Responsable** Investigadora.

### 2.- PROPÓSITO:

- En esta sesión los estudiantes aprenderán a ser resilientes; es decir, a desarrollar la capacidad para superar los obstáculos que se le puedan presentar sintiéndose que él vale y que es capaz de Salir adelante.
- **3.- ENFOQUE TRANSVERSAL:** Orientación al bien común.

### 4.- APRENDIZAJES ESPERADOS:

COMPETENCIA	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS
Convive y participa democráticamente en la búsqueda del bien común.	- Maneja conflictos de manera constructiva.	Soluciona sus problemas de forma apropiada demostrando una adecuada autoestima.

## 5.- SECUENCIA DE LA ACTIVIDADES

Momentos	Estrategias Metodológicas	Tiempo
Inicio	<p><b>En grupo clase</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Saludamos cordialmente a los estudiantes dialogamos en base a la clase anterior. ¿Qué hicimos la clase anterior?, ¿Por qué es necesario controlar nuestras emociones?</li> </ul> <p><b>En grupo clase</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ La docente les dice a los estudiantes que les contará un caso de una niña de seis años, llamada Ana, quien vive en Lima.</li> <li>➤ Les pide que escuchen bien el caso para que luego puedan intervenir.</li> </ul> <p>Ana, es una niña de seis años, ella es de Lima, vivía muy feliz con sus papás y dos hermanas mayores. Cierta día hace 5 meses le comenzó a ir muy mal, tuvo que pasar por muchas dificultades, pues sus papás viajaban en su carro con su hermana mayor y tuvieron un fuerte accidente donde los tres perdieron la vida, fue algo muy fuerte para ella, sufrió mucho, porque solo se quedó con su hermana de 19 años, quien tuvo que trabajar, y ella Ana ayudarle mucho a su hermana y estudiar. Desde allí ha tenido que pasar por muchas dificultades, pero ella sabe que pese a todo Dios la ayudará, y está segura que saldrá adelante.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Dialogamos en base al caso. ¿Qué les pareció el caso?, ¿De quién nos habla?, ¿cómo se sintió con la muerte de sus padres?, ¿Por qué cosas tuvo que pasar Ana?, ¿Qué piensa Ana?, ¿Cómo hubieses actuado tú en el caso de Ana?, ¿Crees que es fácil esta situación?, ¿Creen que siempre nos va a ir bien en la vida, alguna vez tendremos que enfrentarnos a situaciones difíciles?, ¿Qué crees que le ayuda a Ana a seguir adelante?, ¿Creen que Ana va aprender algo de esta situación difícil que le ha tocado pasar?, ¿Alguien de ustedes ha tenido que pasar por situaciones difíciles, cuáles?, ¿Por qué creen que nos pasan a veces tenemos pasar por dificultades, qué creen que nos ayuda a sobrepasarlas?</li> </ul>	10´



	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Les preguntamos: ¿Podremos aprender a superar obstáculos aprendiendo de ellos; es decir, salir fortalecidos o lo mejor será rendirnos?</li> <li>➤ La docente anota ideas principales en la pizarra o en un papelote.</li> <li>➤ Comunicamos <b>el propósito de la sesión: hoy aprenderemos a superar obstáculos saliendo fortalecidos.</b></li> <li>➤ <b>Acordamos con ellos las normas de convivencia</b> que pondrán en práctica de acuerdo con las necesidades de la sesión.</li> </ul>	
<b>Desarrollo</b>	<p style="text-align: center;"><b>En grupo clase</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Retomamos el propósito de la sesión: ¿Qué aprenderemos hoy?</li> <li>➤ Dialogamos sobre la importancia de aprender a superar los diferentes obstáculos o dificultades que nos presenta la vida, sólo debemos sentir confianza en uno mismo y en Dios nuestro Padre que nos ayudará. Las dificultades sirven para ayudarnos a ser mejores, más fuertes.</li> <li>➤ Los invitamos a sentarse en media luna. La docente les dice que les contará un hermoso cuento llamado: Las cuatro semillas. <b>(Anexo 1)</b>, sobre la superación ante las adversidades.</li> <li>➤ Luego de haber escuchado el cuento, se les hará una serie de cuestiones que deben contestar entre todos: ¿qué personaje le gustó más y por qué?; ¿qué personaje le gustó menos y por qué?; ¿cuál es su escena favorita del cuento?; ¿qué personajes le gustaría representar? ¿Qué nos enseña el cuento?, ¿Alguna vez han pasado por dificultades, cuáles, cómo salieron de ellas? ➤ Dialogamos y reflexionamos acerca del cuento.</li> <li>➤ Observan un vídeo sobre la resiliencia (Capacidad para superar problemas o dificultades, saliendo fortalecidos?. La docente lee los subtítulos mientras les pedimos que observen detenidamente. Observan el vídeo en el siguiente enlace:  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=7Ck4cxhk75c">https://www.youtube.com/watch?v=7Ck4cxhk75c</a> –Resiliencia – V Congreso de Resiliencia – Mexico 2011</li> <li>➤ Dialogamos y reflexionamos sobre el vídeo que han observado, ¿Cómo debemos actuar ante las dificultades?, ¿Cómo salió el animalito frente a todo lo que le pasó y le caía?, damos énfasis en que frente a cualquier dificultades nunca debemos rendirnos siempre debemos de luchar por sobrepasar ese obstáculo.</li> </ul>	25´

	<p>➤ Les pedimos que se agrupen en grupos de cuatro y les daremos piezas de un rompecabezas para que lo armen, ganará el grupo que logre armar el rompecabezas primero.</p> <p><b>En grupo de cuatro</b></p> <p>➤ Les damos a cada grupo piezas de un rompecabezas para que lo armen. (Lo que no les decimos es que a cada rompecabezas le faltará una pieza) una vez que se den cuenta le decimos que ganará el grupo que arme el rompecabezas con las piezas completas ellos deben ingeniarse cómo lo arman. (Les dejamos a su criterio cómo solucionan ese problema, no les damos la solución, les decimos que ellos vean cómo solucionan ese problema, de repente dibujan la pieza que falta en un papel, cartulina o se agrupan con otro grupo que tengan la pieza que falta, lo cierto es que deberán armar el rompecabezas completo.</p> <p><b>En grupo clase</b></p> <p>➤ Cada equipo presenta su trabajo dialogamos y reflexionamos con ellos en base a la actividad, ¿Sería un problema o dificultad la que tuvieron?, ¿Cómo lo solucionaron? Les explicamos que en nuestra vida diaria siempre se nos presentarán dificultades unas pequeñas otras grandes pero que depende de nosotros cómo las enfrentamos.</p>	
<p><b>CIERRE</b></p> <p><b>EXTENSIÓN</b></p>	<p>➤ Evaluamos la actividad con la ficha de evaluación. <b>(ANEXO 2)</b>, luego <b>realizamos</b> las siguientes preguntas: ¿cómo se han sentido en la sesión?, ¿les ha gustado?, ¿por qué?; ¿recuerdan qué cosa hicimos en la sesión?</p> <p>➤ Finalizamos pidiendo que digan: ¿qué aprendieron hoy?, ¿Qué debemos hacer para superar dificultades saliendo fortalecidos; es decir, ser resilientes?, ¿Por qué es necesario aprender a ser resilientes?</p> <p>➤ Los felicitamos por su participación en clase.</p> <p>➤ Pedimos a los niños que comenten con sus padres o familiares lo que hemos trabajado en el aula.</p>	10´

## SESIÓN Nº 13

"APRENDIENDO A RELAJARNOS"  
(Dimensión priorizada: Manejo del Estrés)

### 1.- DATOS INFORMATIVOS:

- ✓ **Institución Educativa** : I.E. Privada América del Callao
- ✓ **Grado** : 1°
- ✓ **Área** : Personal Social
- ✓ **Dimensión Priorizada** : Manejo de estrés.
- ✓ **Docente Responsable** : Investigadora.

### 2.- PROPÓSITO:

- En esta sesión los estudiantes serán capaces de manejar adecuadamente su estrés, aprendiendo a relajarse. Logrando así utilizar estrategias que le permiten manejar conflictos de manera constructiva.
- **3.- ENFOQUE TRANSVERSAL:** Orientación al bien común.

### 4.- APRENDIZAJES ESPERADOS:

COMPETENCIA	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS
Convive y participa democráticamente en la búsqueda del bien común.	- Maneja conflictos de manera constructiva.	Utiliza estrategias para manejar sus conflictos en el aula, aprendiendo a relajarse, con ayuda de un adulto de forma proactiva.

## 5.- SECUENCIA DE LA ACTIVIDADES

Momentos	Estrategias Metodológicas	Tiempo
Inicio	<p><b>En grupo clase</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Saludamos cordialmente a los estudiantes dialogamos en base a la clase anterior. ¿Qué hicimos la clase anterior?, ¿Por qué ha sido necesario trabajar la clase anterior?</li> </ul> <p><b>En grupo clase</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Planteamos esta interrogante: ¿Alguna vez se han sentido ansiosos, estresados?, ¿cómo y cuándo se han sentido así?, ¿Es bonito sentirse así, por qué?, ¿Qué podemos hacer para relajarnos y evitar sentirnos ansiosos y estresados?, ¿Qué es la relajación?, ¿han realizado ejercicios de relajación?</li> <li>➤ La docente anota ideas principales en la pizarra o en un papelote.</li> <li>➤ Comunicamos <b>el propósito de la sesión: hoy aprenderemos a relajarnos para sentir bienestar.</b></li> <li>➤ <b>Acordamos con ellos las normas de convivencia</b> que pondrán en práctica de acuerdo con las necesidades de la sesión.</li> </ul>	10´
Desarrollo	<p><b>En grupo clase</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ La docente dialoga con los estudiantes dando énfasis en la necesidad de aprender a relajarnos: la relajación ayuda a mejorar la confianza en uno mismo, la memoria y la concentración, lo cual permite mejorar la calidad del aprendizaje, la relajación permite al niño alcanzar un estado de bienestar, tranquilidad y de concentración armoniosa para emprender su próxima actividad. Además la relajación canaliza las energías de los niños, ajusta el nivel de activación y produce un bienestar global.</li> <li>➤ Retomamos el propósito de la sesión: ¿Qué aprenderemos hoy?</li> <li>➤ Primero aprenderemos a relajarnos mediante una canción relajante.</li> </ul>	25´



## SESIÓN Nº 14

“CONTINUAMOS APRENDIENDO A RELAJARNOS”  
(Dimensión priorizada: Manejo del Estrés)

### 1.- DATOS INFORMATIVOS:

- ✓ **Institución Educativa** : I.E. Privada América del Callao
- ✓ **Grado** : 1°
- ✓ **Área** : Personal Social
- ✓ **Dimensión Priorizada** : Manejo de estrés.
- ✓ **Docente Responsable** : Investigadora.

### 2.- PROPÓSITO:

- En esta sesión los estudiantes serán capaces de manejar adecuadamente su estrés, aprendiendo a relajarse. Logrando así utilizar estrategias que le permiten manejar conflictos de manera constructiva.

- **3.- ENFOQUE TRANSVERSAL:** Orientación al bien común.

### 4.- APRENDIZAJES ESPERADOS:

COMPETENCIA	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS
Convive y participa democráticamente en la búsqueda del bien común.	Maneja conflictos de manera constructiva.	Utiliza estrategias para manejar sus conflictos en el aula, aprendiendo a relajarse, con ayuda de un adulto de manera asertiva.

## 5.- SECUENCIA DE LA ACTIVIDADES

Momentos	Estrategias Metodológicas	Tiempo
<b>Inicio</b>	<p><b>En grupo clase</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Saludamos cordialmente a los estudiantes dialogamos en base a la clase anterior. ¿Qué hicimos la clase anterior?, ¿Por qué es necesario aprender a relajarnos?</li> </ul> <p><b>En grupo clase</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Planteamos esta interrogante: ¿qué formas de relajarse que hayas visto les gusta más, por qué?, ¿Sólo existirán esas formas o técnicas para relajarnos?, ¿Conocen otra forma o sus papás les han enseñado otras formas de poder relajarnos?</li> <li>➤ La docente anota ideas principales en la pizarra o en un papelote.</li> <li>➤ Comunicamos <b>el propósito de la sesión: hoy continuaremos aprendido a relajarnos para lograr nuestro bienestar.</b></li> <li>➤ <b>Acordamos con ellos las normas de convivencia</b> que pondrán en práctica de acuerdo con las necesidades de la sesión.</li> </ul>	10´
<b>Desarrollo</b>	<p><b>En grupo clase</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Retomamos el propósito de la sesión: ¿Qué aprenderemos hoy?</li> <li>➤ Dialogamos sobre la importancia de aprender a relajarnos. Les decimos que es necesario aprender a relajarnos para que puedan conseguir por ellos mismos un mayor bienestar global y una mejor calidad de vida. Pues el niño al relajarse consigue muchos beneficios, como: Produce un incremento de alegría y la espontaneidad, ayuda a prevenir el malestar, permite el niño se controle solo de una manera más rápida y efectiva, produce una mejora en el aprendizaje, consigue dormir mejor, etc.</li> <li>➤ Invitamos a ver un vídeo. El vídeo del cuento: Pinocho.</li> <li>➤ En el siguiente enlace:</li> </ul> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=mW92glr6Fal">https://www.youtube.com/watch?v=mW92glr6Fal</a></p>	25´

	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Luego de visualizar el vídeo del cuento, dialogamos en base al cuento, ¿Les gustó?, ¿Cómo se han sentido?, ¿Qué nos enseña este cuento?, ¿De qué material era Pinocho?, ¿Cómo caminaba?, ¿Cómo se mueve?</li> <li>➤ Les decimos muy bien ahora participaremos en una actividad que aprenderemos para relajarnos. Para eso, todos y todas nos sentiremos como Pinocho, y nos moveremos por el aula como si fuéramos muñecos y muñecas de madera.</li> </ul> <p>Pondremos una música relajante y les diremos que Pinocho se acuesta. Los estudiantes se echarán boca arriba.</p> <p>Luego, les diremos que Pinocho se va estirando y estirando, y de pronto, como si se hubieran soltado, el cuerpo se relaja. Estarán tan relajados y relajadas que el cuerpo les pesará mucho (se puede hacer variando partes del cuerpo).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Luego de participar en esta actividad les preguntamos: ¿cómo se han sentido?, ¿Les gustó?</li> <li>➤ Dialogamos: ¿Qué estamos aprendiendo, por qué?</li> <li>➤ Indicamos que ahora realizaremos un ejercicio más que nos permitirán relajarnos y que todas estas actividades aprendidas las usaremos cuando estemos ansioso, estresados o de mal humor.</li> <li>➤ Después de cada ejercicio. Dialogamos acerca: ¿Cómo se han sentido?, ¿Les gustó?, ¿Les ayudó a relajarse?, ¿Por qué es importante relajarnos?</li> <li>➤ Felicitamos por su participación y les invitamos a que cada uno se dé un auto abrazo.</li> <li>➤ Invitamos a que apliquen lo aprendido, ejercicios de relajación, cuando se sientan ansioso y estresados.</li> </ul>	
--	---	--



<b>CIERRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Dialogamos: Realizamos las siguientes preguntas: ¿cómo se han sentido en la sesión?, ¿les ha gustado?, ¿por qué?; ¿recuerdan qué cosa hicimos en la sesión? ¿Qué ejercicios de relajación han aprendido?, ¿Por qué es necesario practicar ejercicios de relajación?</li> <li>➤ Los invitamos a expresar cómo se sintieron al realizar los ejercicios de relajación.</li> </ul>	10´
<b>EXTENSIÓN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pedimos a los niños que comenten con sus padres o familiares lo que hemos trabajado en el aula y que les cuenten acerca de los ejercicios de relajación que han aprendido el día de hoy.</li> </ul>	

## SESIÓN Nº 15

“CONTROLO MIS IMPULSOS”  
(Dimensión priorizada: Manejo del Estrés)

### 1.- DATOS INFORMATIVOS:

- ✓ **Institución Educativa** : I.E. Privada América del Callao
- ✓ **Grado** : 1°
- ✓ **Área** : Personal Social
- ✓ **Dimensión Priorizada** : Manejo de estrés.
- ✓ **Docente Responsable** : Investigadora.

### 2.- PROPÓSITO:

- En esta sesión los estudiantes deberán aprender a canalizar sus emociones, evitando reaccionar de modo impulsivo con sus compañeros ante distintas situaciones, aprendiendo así a propiciar el respeto y buen trato entre compañeros.

- **3.- ENFOQUE TRANSVERSAL:** Orientación al bien común.

### 4.- APRENDIZAJES ESPERADOS:

COMPETENCIA	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS
Convive y participa democráticamente en la búsqueda del bien común.	- Maneja conflictos de manera constructiva.	- Utiliza estrategias para manejar sus conflictos en el aula, evitando ser impulsivo, propiciando el buen trato entre compañeros de manera adecuada.

### 5.- SECUENCIA DE LA ACTIVIDADES

Momentos	Estrategias Metodológicas	Tiempo
Inicio	<p><b>En grupo clase</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Saludamos cordialmente a los estudiantes dialogamos en base a la clase anterior. ¿Qué hicimos la clase anterior?, ¿Por qué ha sido necesario desarrollar diferentes formas de relajación?, ¿Qué técnica de relajación les gustó más, por qué?, ¿A qué nos ayudan?</li> </ul> <p><b>En grupo clase</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Se les presenta un dibujo (<b>ANEXO 1</b>), ampliado en la pizarra, les pedimos que observen y luego dialogamos. Planteamos estas interrogantes: ¿Qué observan?, ¿Qué están haciendo esos niños?, ¿Por qué creen que estarán peleando?, ¿esa es una forma adecuada de resolver las diferencias o conflicto?, ¿Estos niños estarán actuando de manera impulsiva?, ¿Qué es ser impulsivo?, ¿Cuándo decimos que una persona es impulsiva?, ¿Cómo se llamará a la persona que manera actúa de forma contraria, es decir pensando en las consecuencias de sus actos, que evita pelearse con los demás?</li> <li>➤ La docente anota ideas principales en la pizarra o en un papelote.</li> <li>➤ Comunicamos <b>el propósito de la sesión: hoy aprenderemos a controlar nuestras emociones, evitando actuar impulsivamente.</b></li> <li>➤ <b>Acordamos con ellos las normas de convivencia</b> que pondrán en práctica de acuerdo con las necesidades de la sesión.</li> </ul>	10´

<b>Desarrollo</b>	<p><b>En grupo clase</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Retomamos el propósito de la sesión: ¿Qué aprenderemos hoy?</li> <li>➤ La docente presenta en un papelote la información del <b>ANEXO 2</b>, les pedimos a los estudiantes que observen, leemos la información la analizamos entre todos, luego dialogamos. ¿Cómo es el niño que está con el teléfono?, ¿Por qué se dice que es un niño impulsivo?, ¿Cómo es el niño del otro lado? ¿será lo contrario del impulsivo, por qué?, ¿Qué características tiene cada uno? ¿Cuál de las dos formas de actuar es la más adecuada, por qué?, ¿Qué pasaría si actuamos de manera impulsiva, cuáles serían las consecuencias?, ¿Qué pasaría si actuamos de manera reflexiva?, etc.</li> <li>➤ A cada niño se le da una tarjeta de color con un dibujo y se agrupan según el color y el dibujo que le ha tocado. (<b>ANEXO 3</b>).</li> </ul> <p><b>En grupo de cuatro</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Piensan en una situación donde se actúe de manera impulsiva o reflexiva según el dibujo que le tocó a cada grupo y escenificarlo; por ejemplo si al grupo le tocó el dibujo del niño impulsivo, el grupo debe pensar en una situación donde se observe a alguien actuar en forma impulsiva y representar la situación, todos los niños del grupo deben participar en la escenificación.</li> <li>➤ La docente una vez que explica la forma de trabajo los invita a que todos participen, mientras realizan el trabajo en equipo la docente monitorea cada equipo e incentivamos dándoles frases positivas haciéndolos sentir seguros.</li> <li>➤ Les damos un tiempo prudencial para que se organicen.</li> </ul> <p><b>En grupo clase</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Los invitamos a que cada equipo presente su escenificación.</li> </ul>	25'
-------------------	---	-----

	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Después de la participación de cada grupo, dialogamos acerca de lo que han hecho y reflexionamos sobre la forma de actuar de los personajes. Ponemos énfasis en la importancia de ser reflexivos y de no actuar en forma impulsiva. Que debemos aplicar todo lo que hemos aprendido para evitar ser impulsivos, como por ejemplo: pensar en las consecuencias antes de actuar, respirar profundo, aplicar técnicas de relajación, etc.</li> <li>➤ Felicitamos a todos por su participación.</li> <li>➤ Colorean una ficha de trabajo acerca del tema. <b>(ANEXO 4).</b></li> <li>➤ Dialogamos acerca de la ficha concluimos invitándolos a aplicar en su vida diaria lo que venimos aprendiendo esto nos ayudará a desarrollar nuestra inteligencia emocional, lo que permitirá llevarnos mejor con los demás y sentir bienestar.</li> </ul>	
<b>CIERRE</b>		10´
<b>EXTENSIÓN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Dialogamos: Realizamos las siguientes preguntas: ¿cómo se han sentido en la sesión?, ¿les ha gustado?, ¿por qué?; ¿recuerdan qué cosa hicimos en la sesión? ¿Por qué es importante evitar ser impulsivos y siempre actuar en forma reflexiva?, ¿Cuándo una persona es impulsiva y cuándo es reflexiva?, ¿Cuál es la mejor forma de reaccionar?, ¿Qué debemos hacer para evitar ser impulsivos? Los invitamos a expresar cómo se sintieron al participar en la sesión.</li> <li>➤ Pedimos a los niños que comenten con sus padres o familiares lo que hemos trabajado en el aula y que dialoguen en la importancia de aprender a ser reflexivos.</li> </ul>	

## SESIÓN Nº 16

Desarrollamos hábitos saludables  
(Dimensión priorizada: Manejo del Estrés)

### 1.- DATOS INFORMATIVOS:

- ✓ **Institución Educativa** : I.E. Privada América del Callao
- ✓ **Grado** : 1°
- ✓ **Área** : Personal Social
- ✓ **Dimensión Priorizada** : Manejo de estrés.
- ✓ **Docente Responsable** : Investigadora.

### 2.- PROPÓSITO:

- En esta sesión se pretende que los estudiantes reconozcan la importancia de practicar hábitos saludables en su vida diaria y se comprometan a practicarlos para lograr su bienestar integral.
- **3.- ENFOQUE TRANSVERSAL:** Orientación al bien común.

### 4.- APRENDIZAJES ESPERADOS:

COMPETENCIA	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS
Convive y participa democráticamente en la búsqueda del bien común.	- Maneja conflictos de manera constructiva.	- Reconoce y practica diariamente hábitos saludables que le ayudan a lograr su bienestar.

## 5.- SECUENCIA DE LA ACTIVIDADES

Momentos	Estrategias Metodológicas	Tiempo
<p><b>Inicio</b></p>	<p><b>En grupo clase</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Saludamos cordialmente a los estudiantes dialogamos en base a la clase anterior. ¿Qué hicimos la clase anterior?, ¿Por qué es necesario controlar nuestros impulsos?</li> </ul> <p><b>En grupo clase</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Planteamos estas interrogantes: ¿Creen que los hábitos que practicamos diariamente nos ayuden a lograr nuestro bienestar?, ¿Qué hábitos practican ustedes que les ayuda a llevar una vida saludable, no estresarse y a llevarse bien con los demás?</li> <li>➤ La docente anota ideas principales en la pizarra o en un papelote.</li> <li>➤ Comunicamos <b>el propósito de la sesión: hoy aprenderemos a</b></li> <li>➤ <b>Acordamos con ellos las normas de convivencia</b> que pondrán en práctica de acuerdo con las necesidades de la sesión.</li> </ul> <p><b>En grupo clase</b></p> <p>La docente dialoga sobre la importancia de practicar diariamente hábitos saludables para lograr el bienestar.</p> <p><b>Desarrollo</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Se les presenta en una cartulina grande el decálogo de hábitos saludables, <b>(ANEXO1)</b>, le pedimos a todos que observen y luego dialogamos sobre cada dibujo que observan, la docente amplía la información de cada uno dando énfasis en la importancia de practicarlos.</li> <li>➤ Les pedimos que se agrupen de cuatro en cuatro para trabajar una actividad.</li> </ul>	





## SESIÓN Nº 17

Trasmitiendo afecto  
(Dimensión priorizada: Estado de ánimo)

### 1.- DATOS INFORMATIVOS:

- ✓ **Institución Educativa** : I.E. Privada América del Callao
- ✓ **Grado** : 1°
- ✓ **Área** : Personal Social
- ✓ **Dimensión Priorizada** : Estado de ánimo.
- ✓ **Docente Responsable** : Investigadora.

### 2.- PROPÓSITO:

- Los estudiantes, desde muy pequeños, deben aprender a comunicarse de manera adecuada manteniendo una actitud positiva. En esta sesión los estudiantes reconocen la importancia de expresar sus sentimientos mediante palabras, frases u oraciones de afecto a sus compañeros y así relacionarse mejor con los demás.

- **3.- ENFOQUE TRANSVERSAL:** Estado de ánimo.

### 4.- APRENDIZAJES ESPERADOS:

COMPETENCIA	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS
Convive y participa democráticamente en la búsqueda del bien común.	- Maneja conflictos de manera constructiva.	- Demuestra interés por expresar sus sentimientos mediante palabras, frases u oraciones de afecto a sus compañeros.



	<p><b>En grupo clase</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Invitamos a los estudiantes a sentarse formando una media luna y les mostramos “El botiquín de los afectos” (la caja con las imágenes del <b>(ANEXO 2)</b>).</li> <li>➤ La docente lee el nombre del botiquín y les preguntamos: ¿qué habrá dentro?</li> <li>➤ Pedimos que un niño o una niña lo abra y extraiga lo que contiene.</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b><u>EL BOTIQUÍN DE LOS AFECTOS</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Mostramos las imágenes a los estudiantes y preguntamos: ¿qué son?, ¿para qué sirven?</li> <li>➤ Leemos lo que dice en cada imagen y continuamos planteando otras preguntas: ¿por qué se llamará “Bote de besos”? ¿en qué ocasiones se podría usar?; ¿por qué se llamará “Termómetro para medir la alegría”? ¿cómo y con quién podríamos usarlo?; ¿por qué se llamará “Curita tapa-tristeza”? ¿en qué ocasiones se podría usar?; ¿por qué se llamará “Vendita de los abrazos”? ¿en qué ocasiones se podría usar?; ¿por qué se llamará “Jarabe quita-sustos”? ¿en qué oportunidades lo usaríamos?</li> <li>➤ Anotamos sus respuestas en la pizarra.</li> <li>➤ Señalamos que ahora que ya conocen las medicinas de “El botiquín de los afectos”, harán uso de ellas agrupados con sus compañeros.</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>En grupos de cuatro</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Entregamos a cada grupo una cartulina con una situación e indicamos que deberán decir qué medicina necesitan en cada caso y por qué.</li> </ul>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ La docente lee a cada grupo la situación que le corresponde. Luego, preguntamos: frente a esta situación, ¿qué medicinas de “El botiquín de los afectos” pueden usar?</li> </ul>	

	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Indicamos que seleccionen las medicinas que necesiten según la situación y que se preparen para presentarla exponiendo sus ideas a todos sus compañeros.</li> <li>➤ Comentamos que para ello deberán organizar sus ideas y participar activamente.</li> <li>➤ Formulamos estas preguntas para ayudarlos a organizar sus ideas: ¿cómo iniciarán su presentación?, ¿qué palabras de afecto acompañarán a la medicina que eligieron para la situación planteada?, ¿cómo terminarán su presentación?</li> <li>➤ Recordamos a todos que cuando hablen deberán expresarse con voz clara, mirando a sus compañeros y haciendo uso del lenguaje corporal. Y cuando les toque escuchar deberán mantenerse en silencio y prestar atención a la exposición de cada uno de los grupos.</li> <li>➤ Invitamos a los niños y a las niñas a sentarse nuevamente formando una media luna, de manera que puedan verse unos a otros.</li> <li>➤ Solicitamos que establezcan el orden de la presentación de los grupos.</li> <li>➤ Pedimos que cada grupo realice su exposición.</li> <li>➤ Indicamos a los estudiantes que estimulen a sus compañeros mediante aplausos y frases de afecto; por ejemplo: “¡Qué bien!”, “¡Fue excelente!”, o mediante gestos de aprobación.</li> <li>➤ Después de la participación de cada grupo felicitamos a todos por haber participado en la presentación.</li> <li>➤ Evaluamos el cumplimiento de lo acordado antes de las presentaciones.</li> <li>➤ Dialogamos sobre la importancia de dar y recibir afecto.</li> </ul>	
--	---	--

<b>CIERRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Junto con los niños y las niñas, hacemos un recuento de los pasos que siguieron para realizar la expresar sus ideas: cómo empezaron, qué explicaron después y cómo finalizaron. Luego, pedimos que mencionen los materiales que usaron y qué hicieron cuando escuchaban a sus compañeros.</li> <li>➤ Los invitamos a expresar cómo se sintieron al dar o recibir muestras de afecto.</li> </ul>	10´
<b>EXTENSIÓN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Finalmente, comentamos que hoy han expuesto ideas acerca de cómo hacer sentir mejor a una persona o cómo hacerle notar que está alegre, y que así como consumimos alimentos para nutrirnos y estar sanos, también necesitamos caricias, besos o abrazos que nos ayuden a superar momentos difíciles o que nos fortalezcan anímicamente.</li> <li>➤ Pedimos a los niños que comenten con sus padres o familiares lo que hemos trabajado en el aula.</li> </ul>	

## SESIÓN N° 18

Aprendiendo a expresar nuestro afecto  
(Dimensión priorizada: Manejo del Estrés)

### 1.- DATOS INFORMATIVOS:

- ✓ **Institución Educativa** : I.E. Privada América del Callao
- ✓ **Grado** : 1°
- ✓ **Área** : Personal Social
- ✓ **Dimensión Priorizada** : Estado de ánimo.
- ✓ **Docente Responsable** : Investigadora.

### 2.- PROPÓSITO:

- En esta sesión los estudiantes escribirán mensajes positivos a sus compañeros para expresarles de forma libre sus sentimientos y emociones.
- **3.- ENFOQUE TRANSVERSAL:** Orientación al bien común.

### 4.- APRENDIZAJES ESPERADOS:

COMPETENCIA	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS
Convive y participa democráticamente en la búsqueda del bien común.	- Maneja conflictos de manera constructiva.	- Escribe mensajes de afecto a sus compañeros para expresar sus sentimientos y emociones.

## 5.- SECUENCIA DE LA ACTIVIDADES

Momentos	Estrategias Metodológicas	Tiempo
Inicio	<p><b>En grupo clase</b></p> <p>➤ Recordamos con los estudiantes las actividades trabajadas en la sesión anterior.</p> <p>Preguntamos a los estudiantes: ¿qué podemos hacer para que nuestros compañeros y compañeras, u otras personas, se sientan bien y queridos por nosotros? Se espera que digan que podrían escribirles palabras o expresiones de afecto que los hagan sentir bien.</p> <p>La docente comenta que a ella también le gustaría compartir con ellos un mensaje cariñoso, pero lo tienes por escrito.</p> <p>Les mostramos el envase con el mensaje que previamente colocamos allí.</p> <p>Preguntamos: ¿quisieran saber qué dice el mensaje? Pedimos que un niño o una niña, voluntariamente, extraiga el mensaje del envase y lo leemos para todos.</p> <div data-bbox="555 1391 1195 1780" style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <p>Niños y niñas:</p> <p>Me gusta verlos siempre sonriendo. Eso me hace sentir feliz.</p> <p>Los quiero mucho.</p> <p>Su maestra,</p> <p style="text-align: right;">Juanita.</p> </div> <p>Propiciamos un breve diálogo mediante las siguientes interrogantes: ¿a quién está dirigido el mensaje?, ¿quién lo</p>	20'

<p><b>Desarrollo</b></p>	<p>escribió?, ¿para qué habré escrito ese mensaje?, ¿cómo se sienten después de escucharlo?</p> <p>Retamos a los estudiantes formulando estas preguntas: ¿les gustaría escribir mensajes de afecto?, ¿cómo lo harían? ¿Qué les gustaría decir?, ¿Será importante dar o recibir mensajes de afecto, por qué?</p> <p>Solicitamos que recuerden lo que saben de los mensajes.</p> <p>Anotamos sus respuestas en la pizarra o en un papelote.</p> <p>La docente anota ideas principales en la pizarra o en un papelote. Comunicamos <b>el propósito de la sesión: hoy escribirán mensajes de afecto para un compañero del aula.</b></p> <p><b>Acordamos con ellos las normas de convivencia</b> que pondrán en práctica de acuerdo con las necesidades de la sesión.</p> <p><b>En grupo clase</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ La docente pide que escuchen lo que va leer: cuando una persona en cualquier etapa de su desarrollo se siente querida, aceptada y respetada, su comportamiento tiende a ser más positivo y cooperativo porque eso le ayuda, entre otras cosas, a sentirse más alegre, fuerte y animada, a creer en sí misma, a fomentar su autoestima, a motivarse, a tolerar mejor las frustraciones, a afrontar mejor las circunstancias difíciles a las que tenga que enfrentarse en cada momento tanto dentro como fuera del hogar. Esto facilita a la persona sentirse más preparada para poder empatizar, entender, comunicarse, cooperar con los demás y respetar las normas de convivencia familiar y social.</li> <li>➤ Dialogamos sobre la necesidad de dar y recibir afecto, que nosotros como seres humanos necesitamos sentirnos queridos y también expresar nuestros sentimientos, una buena forma de hacerlo es escribiendo mensajes para expresar nuestro afecto y/o</li> </ul>	
--------------------------	--	--



<p><b>CIERRE</b></p>	<p>recibir mensajes de afecto. Es por ello que realizaremos esta actividad.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Indicamos que antes de escribir, organizarán sus ideas en un planificador.</li> <li>➤ Pegamos en la pizarra las cartulinas con las preguntas que elaboraste previamente y completamos las respuestas con ellos.</li> <li>➤ Invitamos a los estudiantes a elegir libremente al compañero a quien escribirán el mensaje.</li> <li>➤ Pedimos que piensen y ordenen sus ideas para definir qué expresarán en el mensaje.</li> <li>➤ Indicamos que después de escribirlo deberán colocar su nombre.             <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pedimos a los estudiantes que lean sus textos en voz alta. Luego, preguntamos: ¿a quién está dirigido?, ¿qué expresión cariñosa utilizaron?, ¿escribieron su nombre para que él o ella sepa quién envía el mensaje?</li> </ul> </li> <li>➤ Entregamos a todos otra hoja de papel bond y solicitamos que pasen en limpio su texto.</li> <li>➤ Luego, invitamos a decorar y enrollar sus mensajes y a colocarlos en el fondo de botella que llevamos a clase.</li> </ul> <p>Invitamos a un niño o a una niña a extraer un mensaje, leerlo y decir a quién está dirigido, los podemos ayudar a leer.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Si vemos que hubieron niños que no recibieron mensajes la docente les dará uno oralmente a fin de hacerlos también sentirse queridos.</li> <li>➤ Luego dialogamos en base a la actividad. Responden: ¿Cómo se han sentido que alguien les diga mensajes de afecto?</li> <li>➤ Realizamos las siguientes preguntas: ¿cómo se han sentido en la sesión?, ¿les ha gustado?, ¿por qué?, ¿recuerdan qué cosa hicimos en la sesión?</li> </ul>	
----------------------	--	--

<b>EXTENSIÓN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Finalizamos pidiendo que digan: ¿qué aprendieron hoy?, ¿Las personas necesitamos dar y recibir afecto, por qué?, ¿Les fue fácil escribir mensajes de afecto?</li> <li>➤ Los felicitamos por su participación en clase.</li> <li>➤ Pedimos a los niños que comenten con sus padres o familiares lo que hemos trabajado en el aula.</li> </ul>	
------------------	---	--

## SESIÓN Nº 19

Soy optimista  
(Dimensión priorizada: Manejo del Estrés)

### 1.- DATOS INFORMATIVOS:

- ✓ **Institución Educativa** : I.E. Privada América del Callao
- ✓ **Grado** : 1°
- ✓ **Área** : Personal Social
- ✓ **Dimensión Priorizada** : Estado de ánimo.
- ✓ **Docente Responsable** : Investigadora.

### 2.- PROPÓSITO:

En esta sesión se pretende que los estudiantes mejoren su estado de ánimo, manteniendo en todo momento una actitud positiva frente a la vida; pues a menudo, los niños y niñas reciben valoraciones negativas de su entorno, que disminuyen su autovaloración y su estado de ánimo.

- **3.- ENFOQUE TRANSVERSAL:** Orientación al bien común.

### 4.- APRENDIZAJES ESPERADOS:

COMPETENCIA	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS
Convive y participa democráticamente en la búsqueda del bien común.	- Participa en acciones que promueven el bienestar común.	- Mantiene una actitud positiva frente a asuntos que se generan durante la convivencia diaria.

## 5.- SECUENCIA DE LA ACTIVIDADES

Momentos	Estrategias Metodológicas	Tiempo
<b>Inicio</b>	<p><b>En grupo clase</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Saludamos cordialmente a los estudiantes dialogamos en base a la clase anterior. ¿Qué hicimos la clase anterior?, ¿Por qué será necesario transmitir afecto?, ¿De qué maneras se puede transmitir afecto?</li> </ul> <p><b>En grupo clase</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Les pedimos que observen dos dibujos (ampliados) que se les presentan en la pizarra. <b>(ANEXO1)</b></li> <li>➤ Luego, dialogamos: ¿Qué observan?, ¿Quién aparece en la primera imagen?, ¿Cómo está, por qué creen que está así?, ¿Quién está en la segunda imagen?, ¿Cómo está, por qué creen que está así?, ¿Han escuchado hablar ustedes del optimismo, qué es ser optimista? ¿Cuál de los dos niños será optimista?, ¿Qué será lo contrario de optimista?</li> <li>➤ La docente anota ideas principales en la pizarra o en un papelote.</li> <li>➤ Comunicamos <b>el propósito de la sesión: hoy aprenderemos a ser optimistas.</b></li> <li>➤ <b>Acordamos con ellos las normas de convivencia</b> que pondrán en práctica de acuerdo con las necesidades de la sesión.</li> </ul>	20´
<b>Desarrollo</b>	<p><b>En grupo clase</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Retomamos el propósito de la sesión mediante la siguiente pregunta: ¿Qué aprenderemos hoy?</li> <li>➤ Invitamos a los estudiantes a sentarse en círculo, luego les decimos que les contaremos un cuento: El perro pesimista. <b>(Anexo 2).</b></li> <li>➤ Dialogamos: ¿qué será ser pesimista, cuándo se dice que alguien es pesimista, será lo contrario de ser optimista?</li> </ul> <p>Les leemos el cuento, luego dialogamos: ¿Les gustó el cuento?, ¿De qué trató el cuento?, ¿Por qué se llama el perro pesimista? (Inducimos</p>	60

	<p>a que ellos mismos digan lo que es ser pesimistas). ¿Qué actitud mostró el conejo, mostró una actitud contraria al perro?, ¿qué actitud mostró?, ¿se puede decir que el conejo fue optimista, que actitud mostró el conejo?, (Inducimos a que ellos mismos digan lo que es ser optimistas). Escribimos en cartulinas lo que ellos nos van diciendo sobre lo que es ser optimista y ser pesimista, los vamos ayudando.</p> <p style="text-align: center;"><b>Ser optimista es.....      Ser pesimista es.....</b></p> <p>Leemos nuevamente lo que han escrito en cada cartulina.</p> <p>Presentamos en un papelote, leemos y dialogamos en base a lo leído:</p> <p><b>Una persona optimista</b>, se caracteriza por poseer ciertas cualidades tales como el entusiasmo, el dinamismo, el emprendimiento ante determinadas circunstancias.</p> <p>Este valor nos permite confiar en nuestras capacidades y posibilidades, enfrentando con perseverancia y estado anímico muy positivo cualquier dificultad que se nos presente.</p> <p>En cambio <b>ser pesimista</b>, es un estado de ánimo y una doctrina que nos dice que vivimos en el peor de los mundos posibles, un mundo donde el dolor es perpetuo ( para siempre) y nuestro destino es tratar de obtener lo que nunca tendremos. Una persona pesimista, nunca es feliz.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Luego, les presentamos un dibujo (<b>ANEXO 3</b>), les pedimos que lo observen y dialogamos en base a lo que observan y luego preguntamos: ¿Les gustaría ser una persona optimista, o pesimista, por qué? (Ponemos énfasis en que una persona optimista siempre es feliz, porque ve el lado positivo de las cosas y siempre sonríe).</li> <li>➤ Participan en una actividad llamada: Las cartas.</li> <li>➤ Se hacen dos grupos: cada participante de uno de los grupos, utilizando cartulinas, hará un dibujo de un sol.</li> </ul>	
--	--	--

	<p>Los estudiantes del otro grupo harán un dibujo de una papelera.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Después, los dos grupos se sentarán en el suelo, un grupo enfrente del otro grupo. En la mitad, se ponen los dibujos hechos por los grupos. Las que tienen un sol reflejan pensamientos positivos, y las que tienen una papelera reflejan pensamientos negativos.</li> <li>➤ Se ponen las cartas boca abajo. Se levantan dos alumnos o alumnas de cada grupo y cogen una carta cada uno/a (una con un sol y la otra con una papelera). El alumno o alumna que haya cogido el sol tendrá que decir un pensamiento positivo: <i>si me esfuerzo más, haré mejor los trabajos</i>. El alumno o alumna que esté enfrente de él o ella tendrá que responderle con una frase en negativo (<i>por mucho que estudies no vas a hacer los ejercicios bien</i>) y tirar esa carta a la papelera. Les presentamos en un papelote ideas de frases positivas como: <p style="text-align: center;"><i>soy importante, hago cosas bien, estoy a gusto conmigo/a mismo/a, merezco que alguien me quiera, Soy valioso o valiosa, yo sé que lograré lo que me propongo, no dudo de tu buena intención, ...</i></p> </li> <li>➤ Después, nos quedamos con todas las frases positivas y las escribimos en un mural para no olvidarlas.</li> <li>➤ Para terminar, sentados/as en círculo, haremos una reflexión sobre lo escrito en el mural, frases positivas y la necesidad de ser optimistas en todo momento.</li> <li>➤ Nos comprometemos en utilizar diariamente frases positivas y a actuar de manera optimista ante cualquier situación viendo siempre lo bueno en cada situación.</li> <li>➤ Escribimos la siguiente frase y la ponemos en un lugar visible:</li> </ul>	
--	---	--

## SESIÓN Nº 20

Soy capaz, confío en mí  
(Dimensión priorizada: Manejo del Estrés)

### 1.- DATOS INFORMATIVOS:

- ✓ **Institución Educativa** : I.E. Privada América del Callao
- ✓ **Grado** : 1°
- ✓ **Área** : Personal Social
- ✓ **Dimensión Priorizada** : Estado de ánimo.
- ✓ **Docente Responsable** : Investigadora.

### 2.- PROPÓSITO:

- En esta sesión se espera que los estudiantes aprendan a mantener una actitud positiva frente a la vida, basada en una autoestima adecuada de confianza en sí mismo.

Hay que recordar a los estudiantes que son capaces de hacer muchas cosas. Tienen que tomar conciencia de su autonomía para superar las dificultades. *Yo lo sé hacer, confío en mí les da mucha seguridad.*

### 3.- ENFOQUE TRANSVERSAL: Orientación al bien común.

### 4.- APRENDIZAJES ESPERADOS:

COMPETENCIA	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS
Convive y participa democráticamente en la búsqueda del bien común.	- Participa en acciones que promueven el bienestar común.	- Muestran predisposición para desarrollar las actividades que se les propone demostrando confianza en sí mismo. - Se trazan metas demostrando confianza en lograrlas.

Momentos	Estrategias Metodológicas	Tiempo
Inicio	<p><b>En grupo clase</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Saludamos cordialmente a los estudiantes dialogamos en base a la clase anterior. ¿Qué hicimos la clase anterior?, ¿Por qué es necesario ser optimistas?, ¿Cómo somos optimistas?, ¿Están utilizando diariamente frases positivas?</li> </ul> <p><b>En grupo clase</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Planteamos esta interrogante: ¿qué podemos decir a nuestros compañeros cuando están alegres, tristes, molestos o con miedo?</li> <li>➤ La docente anota ideas principales en la pizarra o en un papelote.</li> <li>➤ Comunicamos <b>el propósito de la sesión: hoy aprenderemos a mantener una actitud positiva demostrando confianza en nosotros mismos.</b></li> <li>➤ <b>Acordamos con ellos las normas de convivencia</b> que pondrán en práctica de acuerdo con las necesidades de la sesión.</li> </ul> <p><b>En grupo clase</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Retomamos el propósito de la sesión: ¿Qué aprenderemos hoy?</li> <li>➤ Luego preguntamos: ¿Les gustaría escuchar un cuento que he traído para ustedes?</li> <li>➤ La docente lee el cuento: El caballito enano, <b>(ANEXO 1).</b></li> <li>➤ Después de escuchar el cuento dialogamos: ¿Crees que el caballito consiguió hacer algo bueno porque tenía confianza en sí mismo?, ¿Qué habría pasado si el caballito hubiera hecho caso a los dos hombres que decían que no servía para nada?, ¿Cuándo quieres hacer algo que te resulta muy difícil, prefieres</li> </ul>	20´



	<p>no hacerlo?, ¿Por qué?, ¿No haces las cosas que puedan salir mal?, ¿Te sientes seguro cuando vas a hacer algo?</p> <p>➤ Invitamos al niño a que hable del caballito enano, sus cualidades, y cómo supo mantener la confianza en sí mismo, a pesar de sus limitaciones físicas". ¿Qué enseñanza nos deja este cuento?</p> <p>Dialogamos y reflexionamos sobre la importancia de confiar en nosotros mismos para lograr un objetivo, porque todos somos capaces de conseguir lo que nos proponemos, sólo debemos esforzarnos por lograrlo. Les preguntamos: ¿Les gustaría actuar como el caballito enano? ¿Por qué?</p>	
<b>Desarrollo</b>	<p>➤ Les entregamos un dibujo del caballito enano para que lo pinten <b>(ANEXO 2)</b>, les decimos que mientras van pintando vayan conversando con sus compañeros sobre lo que más les gustó del caballito.</p> <p>➤ Luego dialogamos sobre ¿Cómo les pareció esa actividad?</p> <p>➤ Les invitamos a participar de la actividad: Voy a intentarlo.</p> <p><b><u>Actividad: Voy a intentarlo</u></b></p> <p>Les explicaremos qué es una meta y los esfuerzos que hay que hacer para conseguir nuestros objetivos.</p> <p>Los estudiantes pensarán en una meta que quieran alcanzar, y la escribirán en una hoja que les habremos dado <b>(ANEXO 3)</b>. Como por ejemplo: Sacarse una A o una AD en una determinada área, aprender a dibujar, ser optimista, ser buena amiga, aprender a manejar bicicleta, etc.</p> <p>Después, escribirán los pasos que tienen que dar para conseguir hacerla realidad y la alegría que les dará lograrlo. Tras escribirlo todo, nos reuniremos en grupo clase y cada estudiante explicará lo que tiene que hacer para lograr su objetivo.</p> <p>La profesora hará un seguimiento para ver si los estudiantes consiguen sus objetivos. Para eso, les pediremos que peguen la hoja en un mural para poder ir haciéndole un seguimiento.</p>	60´

	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Dialogamos sobre la actividad desarrollada y reflexionamos sobre la importancia de creernos capaces de lograr nuestras metas y confiar en nosotros mismos. Se comprometen en diariamente hacer algo para lograr la meta, les decimos que haremos un seguimiento para ver cómo van en el logro de sus metas y les explicamos que evaluaremos mediante una lista de cotejo.</li> </ul>	
<b>CIERRE</b>          <b>EXTENSIÓN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Finalizamos pidiendo que digan: ¿qué aprendieron hoy?, ¿Para qué nos sirve lo aprendido?, ¿Todas las personas podemos lograr lo que nos proponemos, por qué, qué debemos hacer para lograr nuestras metas?</li> <li>➤ Los felicitamos por su participación en clase.</li> </ul>	10´
	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pedimos a los niños que comenten con sus padres o familiares lo que hemos trabajado en el aula. Les cuenten que meta se han trazado y cómo van a hacer para lograrlo.</li> </ul>	